

سونداري  
الفلسفة الجوهريّة

## الألفا كتاب الثاني

الإشراف العام  
و. سمير سرحان  
رئيس مجلس الإدارة

رئيس التحرير  
لمسحى المطيعي  
مدير التحرير  
أحمد صليحة

الإشراف الفني  
محمد قطب  
الإخراج الفني  
محسنة عطية

# سوندارى الفلسفة الجوهريّة

ترجمة  
توفيق مجلى

مقدمة

بقلم الأستاذ الدكتور محمود فهمى زيدان  
أستاذ الفلسفة بجامعة الاسكندرية

السيد / توفيق مجلى

**هذه هي الترجمة العربية الكاملة لكتاب :**

**OPTIQUE ESSENTIALISTE, SPIRITUEL ET SOCIALE,**

**Par**

**SUNDARI**



## الفهرس

الموضوع	الصفحة
تقديم . . . . .	٧
مقدمة المترجم . . . . .	٩
نظرية جوهرية روحانية واجتماعية . . . . .	٢١
النتيجة الختامية للتاريخ الميلادى . . . . .	٢٤
الآراء الفلسفية الكبرى وعدم جدواها . . . . .	٢٧
الحياة الروحانية الصادقة هى دعامة المجتمع الجديد . . . . .	٣٠
المعنى الحقيقى للحياة . . . . .	٣٣
الارتقاء بالبشرية هو مسئولية الفرد . . . . .	٣٦
العالم يجب اصلاحه من خلال كل فرد منا . . . . .	٣٩
الحياة تصنع بك ما تصنعه انت بحياتك . . . . .	٤٢
الله ؟ اننا نحملة فى داخلنا . . . . .	٤٥
تربية الأطفال عن طريق تربية الوالدين . . . . .	٤٧
أسباب مقامينا ووسائل علاجها . . . . .	٥٠
استعادة الفردوس المفقود . . . . .	٥٣
الذكاء والتعلم . . . . .	٥٦
الحياة الجوهرية . . . . .	٥٩
السعادة الحقيقية . . . . .	٦٢
ثمن الحرية . . . . .	٦٥
اللامبالاة وفقدان الوعي . . . . .	٦٩
الصعود من المنحدر . . . . .	٧٠

الموضوع	الصفحة
الاحساس الخفى بالمسخط وعدم الرضا	٧٢
الافكار تفريق الناس ولا يقرب بينهم الا المشاعر وحدها	٧٦
لماذا كل هؤلاء الوسيطاء بين الله والناس	٧٩
عقلية جديدة من أجل مجتمع جديد	٨١
بمناذا تقاس القوة والضمائية اللتان يتمتع بهما أى بلد من	
البلدان ؟	٨٤
رسالة موجهة الى الرؤساء الثوريين لدول أمريكا اللاتينية	
وامريكا الوسطى	٨٧
الحساب الختامى لحياة الانسان	٨٩
النسق وكيف نحياه	٩٢
الرد على عالم يعيش بدون الله	٩٥
الانسان امام فرصته الأخيرة	٩٨
قربت أن اظل شابة	١٠١
هل تخشى الإصابة بالسرطان ؟	١١٢
مرض الايدز ليس عقابا من الله	١١٩

## تقديم

الفلسفة الجوهرية اتجاه معاصر يدعو الى الارتقاء  
العملي لأخلاق الفرد والمجتمع ، بحيث يصبح المجتمع يسوده  
الايمان بالله والاعتقاد فى قيمة الحياة الروحية - حياة  
الحب والسلام . ويرجع الفضل فى صياغة هذا الاتجاه الى  
« سوندارى » ، وهى فيلسوفة فرنسية وكاتبة تهتم باصلاح  
حياة الفرد ، وهذا الاصلاح هو عماد اصلاح المجتمع . وكل  
مقالاتها تدعو الى الارتقاء بالانسانية الى أعلى مراتبها .  
بالاضافة الى ذلك فان صاحبة هذا الكتاب مؤلفة وملحنة  
للموسيقى ، ولها كتب كثيرة وأحاديث فى المتنايع والتلفاز ،  
بالاضافة الى الميوتمرات التى تعقدها لنشر دعوتها  
الجوهرية .

ولم تكن « سوندارى » المبشرة الأولى لفلسفة الجوهرية .  
فان الجوهرية - أو بمعنى أدق فلسفة الماهية *Essentialism*  
معروفة منذ أواخر القرن التاسع عشر ، ومن أشهر فلاسفتها  
« هوسرل » *Husserl* الذى يدعو الى نظريات معينة يحل  
بها مشكلات الفلسفة التقليدية . لكن « سوندارى » لا تهتم  
بالفلسفات المجردة ، وتصرح بكراهيتها لتلك الفلسفات .  
الجوهرية عندها دعوة انسانية الى تحسين أحوال الفرد  
والجماعة فى حياة خلقية واجتماعية عمادها الطهر وحب  
الآخرين والسلام مع كل الناس دون تمييز لجنس أو دين .  
أرادت البحث عن الحقيقة ووجدتها فى ذاتها ، فى قلبها ،

فى ضميرها الحى النقى • ولا يعنى ذلك أنها تؤله ذاتها  
أو تدعو الى تأليه الانسان ، بل الى أن نرى الله فى باطننا •  
واذن فالجوهريّة دعوة الى التطبيق العملى لقيم السلام مع  
الجميع ، جميع الأجناس والأديان ، وقيم المحبة والايثار  
والعدل والمساواة بين الناس •

تهتم «سوندارى» أولا بتوعية صحية تخاطب بها الأفراد  
والأطباء على السواء ، بحيث ينتشر الوعى الصحى وتجنب  
الاسراف فى الطعام والبعد عن المشروبات الروحية  
والتدخين والمخدرات • فهذه كلها وسائل تلوث المعدة •  
تهتم « سوندارى » ثانيا بمحاولة تحقيق عالم أفضل  
اجتماعيا وأخلاقيا ، ولن يتحقق هذا الا بالبدء بالأفراد -  
لابد من أن ينتشر وعى عند كل فرد بيقظة ضميره وتحمسه  
للارتقاء وبنفسه الى أعلى مرتبة روحية وعقلية يمكن أن  
يحققها انسان لنفسه ، ويتمناها لغيره •

الاسكندرية فى ٦ مارس ١٩٩٤

د • محمود فهمى زيدان

أستاذ الفلسفة بجامعة الاسكندرية

## مقدمة المترجم

لم أكن أقدر منذ ستة وثلاثين عاما ، وأنا أتصفح كتابا فرنسيا عن الروحانية والتصوف ، لكاتبة من باريس تدعى « سوندارى » اننى كنت مقبلا على حياة جديدة غنية حافلة ، لازلت أحيائها الى اقرب ما يكون الى ضميرى ، كما يحيها عشرات الألوف غيرى من قراء « سوندارى » فى شتى أنحاء العالم . ولم أكن أقدر اذ ذاك أن الأمر سوف يصل بى الى مطالعة ستة عشر مؤلفا من مؤلفاتها باللغة الفرنسية ، والى ترجمة بعضها الى العربية ثم الى السفر الى باريس فى السنوات الثلاثين الأخيرة ، لأقضى شهرا أو شهرين من كل سنة الى جوارها ، أشاطرها حياتها اليومية ، وأستمع الى محاضراتها ، وأشهد مولد الأغنيات التى تؤلفها وتضع بنفسها ألحانها ، ثم تغنيها بصوتها الملائكى . ولم أكن أتصور فى ذلك العهد انى سوف أجعل سوندارى تغنى لنا نحن العرب بلغتنا العربية الجميلة فى يوم من الأيام . ولكن هذا هو ما تحقق فعلا .

وكانى بالقارىء وقد رآنى أقف هنا لألتقط أنفاسى ، يقول : « رويدك ، لم تقل لنا أولا من هى هذه الكاتبة التى تجمع بين التصوف والتأليف وقرض الشعر والتلحين والغناء بصوت حلو جميل . ما تاريخ حياتها ؟ » فأزيد القارىء بيانا اذ أقول :

« سوندارى » بالسنسكريتية معناها « جمال الحب الالهى » . وهو اسم أهداه لها راهب من رهبان التبت ، كان فى زيارة لباريس فاستمع الى احدى محاضراتها ، وأعجب بما سمع وبما رأى من صفاء ومن روحانية .

و « سوندارى » وهى فى منتصف العمر ، وأحسست فى أعماق كيائها بالموجود فى كل الوجود ، الذى هو حب كله ، وكمال وطهر كله ، وهو الله ، فوهبت له حياتها عن طين يقربها للبشر أجمعين ، لا تفرق بين أجناسهم أو ألوانهم أو أديانهم أو قومياتهم ، بل تجمع البشر كلهم فى حبها لهم . وتدور أعمالها الأدبية والموسيقية حول بيان الشروط التى ينبغى على الانسان المعاصر اتباعها للتقرب من كمال الله . فتقول : « نحن أنانيون متكبرون منافقون ، لا نقول الصديق . فإن أردنا الاقتراب من كمال الله ، يجب أن نصلح ما بنا من عيوب » . « إلا أن سوندارى تخبنا نحن البشر كما نحن ، وتطوف عواصم أوروبا وأمريكا ، ناظرة الى البشر جميعا كاخوة لها ، لأنهم أبناء أب واحد ، ومحاولة جمع شملهم فى أسرة واحدة كوثية . وكل كتبها وموسيقاها هى من وحي الإلهام المباشر .

## حياتها :

تقول سوندارى فى كتابها « الروحانية فى خدمة الحياة » :

« كنت دائما تواقفة إلى الاتصال المباشر بالله . وكنت اعتقد على الدوام أنه لكى يتم هذا الاتصال يجب أن أسمى نحو الكمال بالتطهر وباصلاحى لذاتى . ومنذ أن بلغت سن التفكير ، شعرت بوجود الحياة الأبدية الخالدة ، بالرغم مما كنت أشهده من حولى . فقد كنت أرى الموت

ممكن الحدوث لغيرى من الناس ، ولكن ليس لى • وكنت  
لا أفكر مطلقا فى انه قد يصيبنى » •

« وفى ذات مرة ، وأنا طفلة فى السادسة من العمر  
ضعيفة البنية ، رفضت تناول الطعام ، فقال لى أحد الأقارب  
ونحن الى مائدة الغداء ، أنى ان لم أكل فسوف أموت •  
فأجبت فى لهجة الجد بأننى لن أموت أبدا • وائنى عندما  
أكبر فسوف أبتلع قرصا من الأقراص يجعلنى أحييا الى  
الأبد » •

« وهذا القرص قد أعطاه لى الله كما أعطاه لكم •  
وهو تفتح الوعى للحياة الأبدية الخالدة ، بفضل روح الله  
الموجودة فى داخلنا » •

### أغانيها العربية :

لكى تعبر سوندارى عن خيها للمصريين والعرب ،  
وضعت أغنيات ذات نغم عربى ، وغنتها بصوتها باللغة  
العربية ، بعد أن كتبت لها بالحروف اللاتينية • ولكى  
تثبت حبها لنا ، تقضى الساعات بطولها تحفظها وتتعلم  
النطق بها • وقد قمت بتسجيل هذه الأغانى فى باريس  
بعد أن أودعت بجمعية «مؤلفى وملحنى الموسيقى بباريس»  
( وسوندارى عضو بها ) ، وأذيعت مرارا من محطات الاذاعة  
المصرية • ومنها المقطوعتان الآتيتان :

### ملاحظة :

فى الليل والنهار  
كاننى فى النار  
لأننى أهواك ولا ألقاك  
فما كنت نلت رضاك

ولم أدر ، مدى عمري  
انك لي مدى الدهر \*  
والجنة ، يا ربي  
مكانها أيضا قلبي \*  
سلكت في هواك  
مسالكاً شتى  
فغرني سواك  
وبغيتي أنت

أما الآن ، يا ربي  
فالنور قد ملأ قلبي \*  
سرت معي ، يمينك في يدي  
وفي الطريق الوعر كنت قائدي  
أنت الهناء الأصيل  
فيه اليك اهتدي \*  
من الآن ، يا ربي  
حياتك ملء قلبي  
أنت الهناء الأصيل  
لك قلبي يميل  
أنت لعيني النور  
أنت مدير الأمور  
كل الدهور  
يا من سمعت لي الدعاء  
يا من أجبت لي الرجاء  
من الآن ، يا ربي  
العب ماليء قلبي \*  
أحبك يا الله  
أحبك يا الله  
أعبدك يا الله  
من كل قلبي للأبد \*



## تعاليت يا الله

ما دريت يا الهى فى حياتى ما السعادة  
كم بقلبى من أنين ، كم هو عطشان  
ينشد السلام ... كم له أحلام  
كل ما يزوجوه قلبى .. فيك يا الله •  
كان حتما أن أسير فى دروب الأرض طيرا  
قبل أنلقى عصاى فى رحاب الله  
لكن الهوى ... قلبى ذوى ...  
فغدا القلب مليئا .. بك يا الله  
قد عرفت كيف أحيا وفؤادى فى سعادة  
عند ربى كل يوم لدى الأيام :  
أصلح العيوب ... وكل الذنوب  
فى فؤادى ، فى حياتى .. وعنهما أتوب •

ولسوندارى مقطوعات عربية صوفية أخرى ، منها :  
« الحمد لله » و « أعيش فى هداك يا الله » و « راح عمرى »  
و « ليس لى أحلى من هواك » و « عونك يا الله » و « لك  
منى أن أغنى » و « فتى من مصر » وغيرها •

## بعض أفكار سوندارى :

تقول سوندارى فى أحد كتبها :

« لن يذوق الانسان طعم السعادة الحقّة ما دام يبحث عن  
الله خارج قلبه وبعيدا عنه ، اذ السعادة الحقّة هى فى  
اكتشاف « الروح » فى داخلنا وفى ادراكنا أن ارواحنا قبس  
من روح الله » •

« لا يعرف الانسان كيف يحيا لأنه لا يعرف كيف يفكر .  
ولا يعرف كيف يفكر لأنه لا يعرف كيف يحب أحدا غير  
نفسه » .

« ان فكرة واحدة من أفكار الحب والخير ، اذا حلت محل  
فكرة من أفكار الشر ، تؤدي الى تحول سريع في طريقة النظر  
الى أمور الحياة ومعالجتها » . بل هي حصن حصين ضد هجمات  
الشر » .

« ان من يحب حبا صادقا ، اثما يحب في كل زمان وفي  
كل مكان ، حتى وان ظن أن الغير لا يستحق منه هذا الحب .  
فمن مميزات الحب الصادق الجوهرية تكرار الذات والايثار .  
ومن يحب بهذا الأسلوب هو دائما سعيد مطمئن ، لأن تيار  
الحب الذي يجرى في عروقه لا يتوقف قط » . بل يجرف في  
طريقه كل الأمور التي من أجلها يتألم الآخرون ، فيزيل  
الشكوك والخاوف والأنانية والتكبر والغيرة والحسد .  
وشخص كهذا انما يجب من أجل الحب وحده ، ولا يستطيع  
الا أن يحب » .

### آراء سونداري في تخضير الأرواح :

يقى إحدى زياراتي لباريش ، سألت سونداري عن رأيها  
في الاتصال بالأرواح ، فقالت :

— ان محاولة الانسان الاتصال بالأرواح هي من الأمور  
المحفوفة بالآخطار » . لأن الانسان الذي يحيا على الأرض ليس  
في وسعه أن يجعل أرواحا تهبط اليها الا اذا كانت أرواحا  
مساوية لروحه في ميولها الأرضية ، أو أقل رقيا من روحه .  
وهو بهذه الطريقة انما يطلق قوى من عقالها ثم لا يستطيع  
التحكم فيها أو السيطرة عليها » . ان على الانسان أن يترك  
الأرواح في مكانها ، لأنه انما وجد على الأرض من أجل  
هدف واحد ، وهو أن يتعلم كيف يرجع الى الله ويظهر ذاته

ويصلحها ويصل بها الى الكمال . لكي يكتسب كثافة روحية  
أخف وألطف ان الانسان لا يعرف كيف يقف على رجليه على  
الأرض ثم نراه يذهب للتنزه على القمر ، ويتراسل مع أرواح  
العالم غير المرئى ، وتلك أمور تحول بينه وبين رؤية الغرض  
الحقيقى من وجوده على الأرض .

### آراؤها فى السياسة العالمية :

وسألتها رأيها فى الخلافات السياسية الموجودة فى عالمنا  
اليوم . والتى تهدد السلام العالمى . فأجابت :  
— ان كان الناس يعتقدون أن عليهم محاربة بعضهم  
البعض ، فالسبب فى ذلك هو انهم لا يعيشون وفقا لقوانين  
العدل والحب والحكمة ، وهى قوانين يمكن أن توحد بينهم  
عن طريق قلوبهم . انبى لا أساند الكراهية التى تبدأ فى  
الأفراد ثم تنعكس على الجماعات . ثم انى لست ضد أحد من  
الناس ، بل أنا مع كل من يتمنون الخير لبلائهم وللانسانية .  
فالناس جميعهم أخوة ، لأنهم أبناء أب واحد . وأنا منجودة  
هنا للتقريب بين الناس . ولإسعادتهم على اكتساب الايمان  
بالخير ، ومعاونتهم أيضا على عمل الخير ، فيساعدتهم هكذا  
على الاحتفاظ بالايمان ويجذب نعيمهم بركات الله . لست  
موجودة لكي أحكم عليهم أو أدينهم ، أو لأساند ما بينهم من  
أسباب الشقاق . أما الظالمون ، الملاحقون الأذى بغيرهم من  
الناس ، والمضمررون الحقد والكراهية فى قلوبهم ، فلسوف  
يلحقون الشر بأنفسهم عاجلا أو آجلا ، لأنهم يعركون قانون  
التعادل فيحصدون ما زرعوه .

— سوندارى ، هل تشتغلين بالسياسة ؟

— نعم . أشغل بسياسة واحدة ، وهى سياسة الحب  
الخيرى . فالسياس بوجه عام متقبلون ، فكثيرا ما يتهميون

بأحراق ما عبده ، ثم يعودون ثانية الى عبادة ما أحرقوه .  
وإذا بقى الانسان ظالما غير طاهر قلن يكتب الثبات أو الدوام  
لأى شيء يشرع فى اقامته أو بنائه . ولكى أستطيع أن أحب  
الناس جميعهم ، يجب أن أكون معهم جميعهم . فلست ضد  
أى شيء من الأشياء سوى الشر ، الشر الذى يلحقونه بأنفسهم  
وبغيرهم عندما ينمون فى قلوبهم الأفكار الشريرة والعواطف  
الشريرة والفرائز الشريرة . أن كل البشر هم أبناء أبى ،  
وأنا أحبهم جميعا كاخوتى . ولكنى لا أقر الشر أيا يكن  
مصدره .

### مؤلفات سوندارى :

كتبت سوندارى ما يزيد على الستة عشر كتابا  
بالفرنسية ، ترجم معظمها الى اللغات الانجليزية والألمانية  
والاسبانية والروسية . وأهم هذه المؤلفات هى :

الروحانية فى خدمة الحياة - الاصلاح الذاتى - تغذية  
الانسان للنهوض بالصحة - لا تبك بعد - رد اعتبار الانسان  
- كيف تقضى يوما سعيدا - الروحانية الحية - على الأرض  
كما فى السماء - فى رحاب الله - أفكار - القلق الذرى -  
رسائل موحى بها - الى جميع أبناء الأرض - قصة رسالة .

### قصص سوندارى :

كتبت سوندارى قصتين طويلتين . احدهما بعنوان  
« ماجدة ، أو نهاية حكم الوحش » والأخرى بعنوان « شركة  
اللاقديسين » وكلاهما تصلح لأن تكون موضوعا لفيلم  
سينمائى .

أما القصة الأولى ، فتحكى أحداثها حياة فتى وفتاة  
يريان الهدف من وجودهما صقل كيانهما الخلقى والروحي

كما يصقل النجار قطعة الخشب • وقد لقيت نجاحا ساحقا  
وقد دار بين سوندارى وبينى الحديث التالى بشأن هذه  
فى فرنسا وسويسرا وبلجيكا وأمريكا الجنوبية والوسطى •  
الفصة :

س - هل لك أن تعطينا فكرة عن روايتك « ماجدة أو  
نهاية حكم الوحش » ؟

ج - هذه أول قصة أكتبها • وفيها الحق الالهى فى  
صورة جذابة لأولئك الذين لم يسلكوا بعد فى طرق الله •  
وهى تحتوى على رسالة ويمكن أن تفتح آفاقا جديدة لمن  
يقرأونها وتجعلهم يميلون للاخوة الشاملة بين الناس ويحسون  
بحياة أرواحهم •

س - لماذا كتبت قصة ، بدلا من أن تكتبى كتابا ككتبتك  
السابقة ؟

ج - الكتب الأخرى هى من أجل السالكين فى الطريق  
الروحانى ، ولكنى أردت نشر التعاليم الروحانية بين الناس  
لأنها صالحة لكل سكان الأرض • أردت نشرها حتى بين  
أولئك الذين لا يعرفون الله أو لا يريدون الله • لأن الحوار  
الذى يدور بين شخصيات الرواية يمكن أن يوقظ فيهم  
الاحساس بالحياة الروحانية ، هذا الاحساس الذى منعتهم  
حياتهم المادية من الشعور به •

وفيما يلى فقرات من هذه القصة ، فى حوار يدور بين  
بعض شخصياتها :

جان ( وهو أحد شخصيات الرواية ) مخاطبا بطل  
القصة دومينيك :

- لو كان أبى عائشا لتبعك •

دومينيك - لا أريد أن يتبعنى أحد ، فلو أردت ذلك  
لكان هذا منى عملا أنانيا • حسبى مساعدة الناس على  
اتباع الله •

جان - يسعدنى الاستماع اليك وانت تعبر عن افكار  
احس بها فى اعماق نفسى - ففى رأى انه لا يمكن أن يكون  
هناك ارتقاء بشرى الا حيثما توجد الرغبة فى الكمال وفى  
السمو الروحى وفى التطهر وفى اصلاح الذات .

دومينيك - هذا أمر طبيعى - ولو فكرنا قليلا لرأينا  
أن السبب الحقيقى لما نعانيه من شقاء ومن مرض وألم هو  
فى مخالفتنا لقوانين الله .

جاك ( شخصية أخرى فى القصة ) - أما أنا فأفضل  
اتباع المثل القائل « لنأكل ولنشرب ولنله ، الى آخره » فغدا  
نموت » - وما دام الأمر موتا فى موت ، فعلى الأقل لن أسف  
على شيء - أريد التمتع بكل ما يشبع رغباتى » .

دومينيك - هل تعتقد أنك سوف تستطيع أن تقاوم  
طويلا هذه الحياة القائمة على الأكل وعلى الشرب وعلى  
ما نسميه بما الى آخره ؟ لو كان الأمر قاصرا على الموت ،  
وعلى الموت بسرعة ، لكان هذا أمرا هينا ولكنك سوف تشهد  
شيئا فشيئا انهيار كيانك كله - أهذا هو السبب الذى من  
أجله تعارض فى كل شيء لكى تتألم وتموت بطريقة غبية  
قدرة ؟

( ثم يخاطب دومينيك مستمعيه كلهم قائلا ) .

- ولكن هناك أشياء أريدكم أن تعارضوها - هناك  
الكذب الاجتماعى الكبير ، وهناك النفاق ، وهناك ما نراه  
فيمن يسمون أنفسهم مؤمنين من اتباع الروح الدينوية ، وهى  
روح معادية لروح الله - أما أنا ، فأريد الرجوع الى الله  
مهما يكلفنى ذلك من ثمن - والسلوك فى طريقه بكامل  
حياتى ، كفرد يعرف الى أين يذهب ، ولماذا يذهب .

بيير ( شخصية أخرى فى القصة ) - لماذا ؟

دومينيك - بكل بساطة لحبى لله ولحبى لكل اخوتى البشر  
فى العالم ، مؤمنين كانوا أو غير مؤمنين - فالحياة الكلية

فى الله تحتوى على الاجابة على كل سؤال ، وعلى الحل لكل  
المشاكل .

### وفاة سوندارى :

فارقت سوندارى هذه الدنيا فى ٣١ أكتوبر ١٩٩٤ فى  
باريس التى شهدت مولدها فى ٢٣ يونيو ١٩٠٦ ، تاركة  
لقرائها وتلامذتها تراثا ثميننا من مؤلفاتها ومحاضراتها  
وأناشيدها ومقطوعاتها الموسيقية ، وبعد أن دربت العديدين  
من مريديها من مختلف الأجناس والألوان والأديان والطبقات  
الاجتماعية على مثلها العليا فى الحياة ، القائمة على حب الله  
والبشر جميعا حبا دون قيد أو شرط . وكان آخر عهدي  
بها فى شهر سبتمبر ١٩٩٤ عندما استمعت الى محاضرة لها  
فى مؤتمر الفلسفة الجوهرية بمدينة بوردو بفرنسا .  
ولا يسعنى الا أن أختم هذه الكلمة بهذه الفكرة من أفكار  
سوندارى : « لا وجود للموت الا بالنسبة لتعلقنا بالأشياء  
المادية والجسدية ، أما الروح فهى خالدة لا تموت » . فعلى  
روحها السلام .

الاسكندرية فى نوفمبر ١٩٩٤

توفيق مجلى

## نظرة جوهريّة

### روحانية واجتماعية

لو أنه تم اكتشاف الدواء المعجزة الذى يشفى من كافة العلل والأمراض ، لما نفع الناس فى شيء \* اذ نظرا لعدم وعيهم بمضار الفوضى السائدة فى أسلوبهم فى التغذية وفى السلوك ، فلسوف يقعون ثانية فى نفس الأخطاء التى كانوا يرتكبونها من قبل ، فتزيد من شدة أمراضهم ، بل ربما أدت الى اصابتهم بأمراض جديدة \*

لذلك ففى عالمنا الحديث ، الذى يربو فيه عدد المرضى على عدد الأصحاء ، اذا كان من الضرورى بناء المستشفيات ، فليس أقل من ذلك ضرورة والحاحا مراعاة الانتباه نحو وقاية طبية فيما يتعلق بتغذية الانسان وبآثارها على حالته الجسدية \*

ان الحياة الهادئة المتزنة الموفقة انما تتوقف قبل كل شيء على تمتع الانسان بحالة صحية ممتازة \* ولقد آن الأوان لتزويد الناس بالوسائل التى تمكنهم من اكتساب هذه الحالة والاحتفاظ بها \* أما الصحة الخلقية والنفسية ، فتتوقف الى حد بعيد على حسن سلوكهم وعلى نضوجهم الروحى \* غير أن هذا هو موضوع آخر لا يستطيع أن يعترف به الفاسدون فى عصرنا هذا ، ممن يؤثرون تجاهل تأثير رذائلهم وعيوبهم على حالتهم الجسدية ، بمثل تجاهلهم خطورة التغذى على أجساد الحيوانات الميتة \* فهى وان تكن تلد لأفواهم ، الا أنها تزيد من التلوث فى داخل أجسامهم ، كما تتلف على



مر الزمن أجسامهم اتلافا مؤكدا ، بمثل التلف الذى يسببه الكحول والمخدرات والتبغ سواء بسواء ، وتعرضهم للإصابة بكافة الأمراض وتعد لذريتهم وراثه شديدة الوطاة .

لا شك فى أن القيام بحملة من أجل تحسين صحة الانسان ، يستلزم أن ينضم اليها ويعاون فيها أطباء هم أنفسهم مقتنعون بضرورة القيام باصلاح غذائى مقترن باصلاح العقلية . فهؤلاء الأطباء هم فى وضع يمكنهم من أن يبعثوا فى نفوس مرضاهم وعيا جديدا ونظرة جديدة الى الحياة ، تؤدىان بهم الى سلوك جديد . وهنا تبدأ الوقاية الفردية الصحية التى سرعان ما تصبح وقاية جماعية .

منذ بضعة سنوات يعمل عدد من رجال الطب الطبيعى فى هذا الاتجاه ، وبعضهم يجعل من مهنته رسالة حقيقية ، ويعتبر هذه الوقاية واجبا من الواجبات الاجتماعية . غير أنه نظرا لازدياد الاصابة بأمراض العصر ، فمن الأمور الملحة أن يهتم الأطباء التقليديون ، هم أيضا ، بالأسباب الحقيقية التى تؤدى الى الاصابة بالعلل البشرية الكبرى ، وأن يصفوا لمرضاهم ما يناسب حالة كل منهم من العلاج ومن نظم التغذية الطبيعية وليس أقل من هذا ضرورة والحاحا أن يبعثوا الثقة فى نفوس مرضاهم باتصالات شخصية تتسم بالرفق وبالمودة الانسانية .

ومتى جرب الانسان تغذية معقولة يفهمها فهما جيدا وتجنبه أخطار نقص العناصر الضرورية للجسم ، فان دمه يصبح دما نقيا صافيا ، يجرى فى عروقه بطريقة طبيعية ، ويحس الانسان بأنه قد تجدد وعاد الى الشباب وصار مشربا بالطاقة الربانية ، نفس الطاقة التى تنمى الأغذية التى أصبح الآن يتغذى عليها .

هذا ولو أن الهيئة الطبية فى مجموعها انضمت الى هذا الأسلوب فى الحياة الطبيعية ، فمن المؤكد أن المرض فى كافة صورته وأشكاله سوف ينحسر ويتراجع . ومن ناحية أخرى ،

فنظرا الى أن التكفل بالمرضى يكلف المجتمع أموالا طائلة ،  
فان كل فرد من الأفراد سوف يستفيد من هذا الأسلوب ، وهو  
أقرب الى الحكمة من اتخام الناس بالعقاقير الكيميائية ، التي  
وان كانت تؤدي الى اغتناء الصيادلة الا أنها تسبب فقر  
الطاقات الحيوية للانسان وتجعل منه على الدوام عالة على  
المساعدات الاجتماعية •

أما من يتكفل بنفسه بفضل أسلوب أخلاقي في الحياة ،  
متفق مع قوانين الطبيعة ، فلا يمكن أن يعود الى الوقوع في  
الأخطاء والأغلاط التي سببت له المحن الجسمية والنفسية •  
فانه يعلم ان عاد الى الوقوع فيها ، انه - ان عاجلا أو آجلا  
وعلى الرغم من اتباعه لنظام التغذية النباتية - سوف يتحمل  
بدنه النتائج المؤلمة التي تترتب على ذلك ، مما يعكر عليه  
صفو الحياة •

ولا يغيب عن خاطرنا أنه اذا كان من المستطاع شراء  
كل شيء في طرق الدنيا ، الا انه في طرق الله لا ينال  
الانسان شيئا الا اذا استحقه وكان أهلا له •

## النتيجة الختامية للتاريخ الميلادى

فى خاتمة الألف الثانية من عصر اصطبيغ بالمادية أكثر من أى وقت مضى ، قد يجدر بنا النظر فى نتيجته الختامية ، والاقرار بأنه اذا كان العالم قد انتهى به المآل الى مثل هذه الحال من الفساد والانحلال ، فانما ذلك هو من جراء انحطاط العقلية البشرية .

ليس علينا الا أن نرجع الى ماضى التاريخ حتى نلمس الى أى حد قد بلغ الزيغ والضلال بالبشر . فهم منذ مبدأ الأمر ، وفى انطلاق غرائزهم البدائية ، قد سلكوا مسلك الهمج المنوحشين ، بمباركة من جانب آلهتهم المتعددة . واليوم ليس صنيعهم بأفضل منه فيما مضى ، عندما يبيعون لأنفسهم اليوم ، وهم تحت بصر اله واحد ، حق اغتيال أمثالهم من البشر .

أفلم تثبت الحروب الدينية ، على الرغم من أخلاقيات الحياة التى جاء بها المعلم الذى باسمه كان المسيحيون المنقسمون على بعضهم يتقاتلون فعلا فيما بينهم — أفلم تثبت تلك الحروب أنهم لم يعرفوا — لا من جانب ولا من الجانب الآخر ، كيف يستخلصون من رسالته ما تضمنته من الحكمة ومن المحبة ، اللتين لو كانوا قد عاشوا فعلا بمقتضاها لكانتا قد أحلتا السلام والوحدة فى صفوفهم ؟ لهذا فبعد ألفى عام من ديانة مسيحية لم يفهموها ولم يعيشوها ، لازالت القوى الجهنمية المرئية وغير المرئية تسود العالم ، مع انه كان فى

الاستطاعة القضاء عليها لو أنهم كانوا قد وضعوا نصائح معلمهم وتحذيراته موضع الاعتبار .

ففى أيامنا هذه ، هناك أناس يجرفهم ما فى صدور قادتهم من الحقد الأعمى ومن التعصب المجنون ، فيخوضون معارك دامية ضد جيرانهم لأسباب سياسية واقتصادية ، بتواطؤ من جانب من يزودونهم بالأسلحة . كما يقتاتل غيرهم ليرفعوا فى كل مكان رايات دينهم . فكم من الجرائم ترتكب باسم الله . وهناك آخرون لازالوا يتقاتلون حبا فى القتال ، فلقد جعلوا منه لعبتهم المفضلة .

ان كل الشعوب ضماؤها مثقلة بجرائم القتل وبأعمال البربرية والوحشية . فلكى لا نذكر الا البعض القليل منها فى أوربا ، ألم يحرق الانجليز جان دارك ؟ والفرنسيون ألم يقطعوا رأس لويس السادس عشر ورأس زوجته ؟ والروس ألم يعدموا القيصر وأسرتة رميا بالرصاص ؟ وأقرب من هؤلاء الينا الألمان ، أقلم يبيدوا الملايين من اليهود ، ممن كان مجرد وجودهم يضايق طاغية ذلك العصر فى ارادته المتكبرة فى أن يفوز بالسيطرة على العالم ؟ على كل واحد اذن أن يقر بذنبه وأن يحذر قذف غيره بحجر .

غير أن صفوة روحانية فى كل عصر من العصور قد حاولت أن توقظ الضمائر ، وأن تبين للناس ما فى سلوكهم من البشاعة والخطورة . ولكن من سوء الحظ أنهم ظلوا فى صمم عن سماع صوت الحكمة والحب ، فقد كان كفيلا بأن يساعدهم على التحرر من غرائزهم العدوانية ، ومن ذلك الماضى الذى تغوص فيه جذورنا والذى ورثنا عنه كلنا وراثته ثقيلة الوطأة .

فان كانت لدينا كل الوسائل لاصلاح أنفسنا ولتحسين سلوكنا وللتقدم فى الطريق المستقيم ، فإى قدوة نقدمها لأقاربنا ولاخوتنا البشر ؟ اننا مصابون بالكسل وباللامبالاة وبالجبن ، الى حد يمنعنا من اتخاذ موقف واضح ، مع أننا

فربى الشر يتجلى فى كل ناحية ، رغما عن العادات الدينية  
السطحية التى لم تغير شيئا من عقلية الناس •

اننا كلنا مذنبون وكلنا مسئولون عن حالة مجتمعنا •  
ومن نفس كل فرد منا يجب أن يقتلع الشر بجهود متواصلة  
تبذل طواعية وعن طيب خاطر • فعلى هذا السوجه سوف  
نصنع من أجل سلام العالم أكثر بكثير مما تصنعه المناقشات  
الطويلة المملة التى اعتاد الناس عليها •

ان طلاء النفاق قد بدأ يتساقط من كل ناحية • ونحن  
نرى التاريخ يعيد نفسه • ولا غرو فان روح الاترة والكبر  
والغيرة والحسد قد أفسدت قلوبا للناس أعدها الله للحب •  
اذ متى ساد الانقسام فى داخل الأسرة ، فكيف يمكن للبشر  
أن يقرروا السلام فى داخل أوطانهم وفيما بين الشعوب ؟

ان شيئا لن يتغير مطلقا اذا أبى البشر الاعتراف  
بالضرورة الملحة لتغيير عقلياتهم وللتغلب على أنفسهم ، فى  
رغبة صادقة فى التصالح النهائى مع الله ومع غيرهم من  
الناس جميعا • وسوف يكون هذا أول نصر يحرز على الشر ،  
اذ ليست هناك وسيلة أخرى غير هذه الوسيلة للنظر فى انشاء  
عالم أفضل ، ولاخراجه الى حيز الوجود • وهذا العالم لكى  
يكون عالما سليما قويا يسوده السلام والوئام ، يتطلب  
المساهمة من جانب كل فرد من الأفراد ومن جانب الجميع ،  
وأولهم أولئك الذين نبهوا الى ذلك منذ زمان طويل •

## الآراء الفلسفية الكبرى وعدم جدواها

ليس فى تقليب الآراء الفلسفية الكبرى ، ولا فى التشديق بالنصوص الدينية ، ما يمكن أن يوجد العلاج للحالة الحاضرة للعالم ، الذى أمرضه فقد الناس للحس والشعور ، وما اعتادوا عليه من سوء السلوك . انما يوجد العلاج فى الممارسة اليومية للأخلاق والمبادئ الالهية ، فهى التى تمكن الانسان من الوعي بنفسه ، ومن السير مستقيما على أرض صلبة ، وهو متفتح للوعي والقلب للحب النقى الايثارى دون مقابل ، وهو الحب الذى يدفع الى احترام النفس واحترام الغير .

اننا لنرى اليوم النتائج المحزنة المترتبة على تسبب عام يشاهد فى انحطاط العقلية الفردية والجماعية ، وفى انحلال الاداب العامة ، وفى تخلى الآباء عن مسئولياتهم ، وفى انحراف الشباب . وهى أمور تعيث فسادا فى كل ناحية من نواحي هذا العالم ، الذى أفرغ من أسمى ما فيه من القيم . ولا يجوز لنا أن ننسى أن من يسوسون العالم ، انما هم بشر ، بشر هم من الناحية النفسية والخلقية مثقلون بنفس العيوب التى يعانى منها غيرهم من الناس . فهم على الرغم مما اكتسبوه من العلم والمعرفة ، يبدو أنهم يجهلون الأسلوب الذى يسير بمقتضاه قانون السبب والنتيجة ، أو قانون العلة والمعلول . وهو قانون لا يمكن أن يمنع آثاره

الا ممارسة قوانين الحكمة والعدل والحب - فهي التي يمكن أن توقف العالم في سباقه الجهنمي الناشئ من الكبرياء والغرور والأنانية والجشع والحققد والتعصب السياسى والدينى - ان التعايش السلمى بين سائر الشعوب يمكن أن يتحقق فعلا لو أنها ، بدلا من أن تطمع فى أرض الغير وفى أموالهم ، بدأت فى استغلال ثرواتها الخاصة ، فى ميل الى المشاركة والمبادلة - لما فيه الخير للجميع ، بدلا من صنع الأسلحة الفتاكة بغرض مؤكد هو استخدامها ، وبقصد استخدامها فى الهجوم أكثر من الدفاع عن النفس -

ودون رغبة منا فى سبق الأمور ، يمكن أن نؤكد أن هناك شبابا معيننا ذا ميول أسمى من ذلك ، ينتظر الوحدة بين سائر الشعوب - وهو على استعداد للتعاون معها فى هذا الفهم الجديد ، الذى يؤدى الى عقلية مغايرة ، عقلية أفضل . كفيلة بتحسين أحوال العالم من خلال الفرد ، وبإزالة روح العداء الموجودة فى نفوس الجماهير ، التى لم تنل بعد قسطا من التربية والتهذيب ، والتى يندفع الناس بفعل تصرفاتها الغريزية غير المتوقعة نحو معارك دامية ، لا جدوى منها مطلقا ، لأنها لا تغير شيئا من واقع الأمور - معارك لا تؤذن نهايتها الا ببداية لمنازعات جديدة -

ان الشعب لهو فى حاجة الى سلام متين دائم ، لأنه - وهو الذى كثيرا ما يدفع حياته ثمنا للقرارات التى تتخذ من أعلى - ليعلم من خلال التجربة ، أن الحروب والثورات انما تورث الشقاء والمعاناة للناس وللأمهات والزوجات والأطفال ، من أجل منفعة عدد من المتهوسين الفاسدين ، ممن لا حد لمطامعهم ، والذين من أجل تبرير أعمالهم الاجرامية ، يحاولون أحيانا أن يشركوا فى هذه الأعمال أربابا صنعوها على صورتهم ونسبوا اليها وضعها لمذاهب فكرية شائنة منكرة ، توقظ غرائزهم امبدائية الفاسدة -

عندما يستقر الأمر بالناس فى الحياة الكونية وفى الوعى الكونى وفى الحب الكونى الشامل ، فلسوف يحسون

بأن رسالتهم هي في أن يكونوا خداما لباقي الناس جميعا .  
وبالاتحاد فيما بينهم اتحادا أخويا على الرغم من الفروق  
الموجودة بينهم ، سوف يعملون سويا من أجل اسعاد البشرية ،  
لاحساسهم بمسئوليتهم عنها . وذلك في صيانة واستمرار  
دائمين للقيم الجوهرية ، قيم القلب والروح ، وحتى يعدوا  
ذلك العصر الجديد الذي يصبح الناس كلهم فيه سعداء ،  
ويعيشون في سلام ، اذ ينظرون بعضهم الى بعض كاخوة ،  
في وحدتهم التي يكونون قد عادوا اليها من جديد .



## الحياة الروحانية الصادقة هى دعامة المجتمع الجديد

بازاء انهيار القيم المادية التى بنى عليها البشر حياتهم ، يبدو أنهم يتجهون الى الناحية الروحية ، عسى أن يجدوا فيها العلاج لمتاعبهم المتزايدة . اللهم الا ان كان ذلك من جانبهم نوعا من التهرب المؤقت ، أو ابتغاء لشيء من الراحة لأنفاسهم اللاهثة .

ومهما يكن الأمر ، فان هذه الأبحاث الجديدة التى يقومون بها تمثل جانبا من الخطورة اذا لم تكن موجهة نحو روحانية صادقة عاملة ، هى وحدها الكفيلة بتغيير ما فى أنفسهم وما فى حياتهم ، واذا أبوا التسليم بحقيقة بديهيية ، وهى أن العالم لن يتغير أبدا طالما انه لا يحدث تغيير كلى فى العقلية البشرية .

ولن يتم هذا التغيير الا اذا كانت هناك توجيهات متينة ، تقوم على الاصلاح الذاتى ويصاحبها تدريب مركز حماية للباحث من المحتالين الذين فى مقابل المال يجتذبون الناس اليوم الى فخاخ روحانية ذهنية متعالية معقدة لا جدوى من ورائها ، ولا تؤدى على أكثر تقدير الا الى تزويدهم ببعض الأحاسيس العابرة التى لا تغير شيئا من عقلياتهم .

أما اذا أتيح للناس القيام ببعض التجارب فى اتجاه الاصلاح الشخصى الحقيقى ، وهو الذى يجلب دائما ظروفنا وأحداثا مغايرة ، أفضل مما هم عليه ، فعندها فقط سوف يصبح فى استطاعتهم مساعدة أمثالهم البشر بقدوتهم وبحبهم

الأخوى ، واشراكهم فى ثمار جهودهم ، بشرط أن يخاطبوا  
قلوب اخوتهم البشر وهى أشد أجزاء كيانهم احساسا  
وشعورا ، ولا تثير أى جدل متى أشعرت بالحقائق المؤكدة  
وبوسائل الوصول اليها ، الأمر الذى لا يستطيعه ذهن يخاطب  
ذهنا آخر •

وفيما يتعلق بالحياة الاجتماعية ، طالما أن الانسان :  
لا يحس بضرورة التسوية بين الطبقات فى ظل الحب النقي  
الذى لا قيد عليه ولا شرط ، والذى لا ينشد جزاء ولا شكورا ،  
فانه لن يرى الا شخصه فقط ، ويصبح سيىء الظن يحسد من  
يملكون أكثر منه ويحس بالفيرة منهم • فالعامل اليدوى يرى  
أنه لا قيمة الا لمن يعمل بيده ، أما من يعمل بذهنه فلا اهمية  
له فى نظره • والعكس بالعكس • فحيثما لا يوجد الحب  
يبدأ الازدراء والاحتقار • هذا بينما فى الوقت الحاضر  
الجميع يعملون • فأصحاب الأعمال يعملون مثل ما يعمل  
غيرهم ، وكثيرا جدا ما ينوعون بمسؤوليات وبهموم تمتد حتى  
تشمل حياتهم الخاصة ، ولا يستطيع العمال أن يتحملوا عبئها •  
فكل فرد من الناس هو اذن فى المكان الملائم له وفى الموقع  
الذى يتفق مع قدراته وتكوينه ودرجة ثقافته وتقدمه •  
أوليس المهم هو أن يسود حسن التفاهم وحسن النية بين  
الجميع ، فى جو من التقدير والاحترام المتبادلين ؟ وألا يكون  
هناك تعدد أو تعسف من جانب أو من الجانب الآخر ؟ ان كل  
الوسائل هى متاحة لانسان اليوم لكى يتقدم فى كافة الميادين  
ولكى يصل الى مركز يتناسب مع القدرات الجديدة التى  
يكتسبها بمحض ارادته وبجهوده الشخصية •

لن يخلص العالم من حالته الحاضرة الا اذا اقترب الى  
القيم الصحيحة التى فيها العلاج الصحيح ، وطبق قوانين  
الحكمة والعدل والحب ، فهى تتيح للانسان أن يكتشف ذاته  
الأصلية وأن يتأخى مع أمثاله البشر ، فى ديمقراطية حقيقية  
صادرة عن النية الحسنة فى قلب كل فرد من الأفراد •

ديمقراطية تغنى الفقراء دون أن تفقر الأغنياء ، لأنها تؤدي  
الى توازن اقتصادى كامل ، يسمح بالمشاركة بين الجميع \*  
- قبل أن يصبح الانسان قادرا على النهوض والسير فى  
الطريق المستقيم ، عليه أن يستيقظ وأن يقبل الشروع فى  
الارتقاء بعقليته عن طريق اصلاح شخصى يمارسه بمحض  
ارادته من أجل الاصلاح الجماعى ، القومى والدولى \*

## المعنى الحقيقى للحياة

إذا كان الناس يتصفون بمحاسن وفضائل مختلفة ،  
إلا أن بهم جميعهم - فيما يبدو - نفس العيوب الواحدة ،  
تظهر فى أحاديثهم وفى مواقفهم وأفعالهم وفى ردود الفعل  
التي تصدر منهم أزاء تصرفات الغير ، وهى ردود فعل  
 تلقائية ، لا سبيل إلى التحكم فيها ، تنبىء بما هو فى صميم  
طبيعتهم . ولن يعترف الناس بضرورة التخلي عن هذه  
العيوب إلا بالوعى بما تمثله من الأخطار ، وبما يترتب عليها  
من الصعوبة البالغة فى علاقاتهم بالغير .

والواقع أن الناس نتيجة لأنانيتهم الموروثة ، يمارسون  
الـ « أنا أولا » أكثر من ممارستهم للحب الإيثارى المجانى ،  
خصوصا عندما يدعو الأمر إلى التفوق على الغير فى سياق  
الأعمال التجارية والسلطة والمال . فلقد حلت اليوم قعقة  
الآلات الحاسبة محل دقات القلب الانسانى فى كل درجات  
السلم الاجتماعى .

وطالما أن رذائل الناس ونقائصهم لم تترك آثارها  
الموجعة فى أبدانهم فانهم يضيقون ذرعا بما فى الغير من  
الرذائل والنقائص ، أكثر بكثير من ضيقهم برذائلهم  
ونقائصهم الشخصية التي يؤثرون تجاهلها . كما أنهم متى  
نبهوا إلى الرذائل والنقائص الموجودة فيهم ، لم يجدوا سببا  
مقبولا لاصلاح أنفسهم منها .

أما بازاء المحن الجسدية الشديدة المؤلمة ، فإن ضمير

الانسان يستيقظ أحيانا ويجد الاجابة على كل أسئلته فى ذات نفسه : فى بطنته وشرهه وممارساته الجنسية المطلقة العنان ، وفى مختلف ألوان الافراط والاسراف التى كثيرا ما تضاف اليها خصال الحسد والغيرة والحقد التى تنخر فى كيانه .

فاذا لم تكن طبيعة الانسان فى صميمها قد فسدت فسادا تاما ، فان ناقوس الانذار المتمثل فى معاناته ، لهو تنبيه من التنبيهات النافعة له ، اذ يدفعه الى الرجوع الى ذاته والى اتخاذ قرارات صائبة فى حاضره ، والى الافلاع فى المستقبل عن حفر قبره بأسنانه وبجنسه وبخلقه ، الأمر الذى سوف يسهل عليه القيام به خصوصا اذا ما أدرك انه ليس مكونا فقط من جسد يفنى ويزول ، بل أيضا من روح تجعل منه كائنا حيا . بينما ان الجسد بدون الروح ليس الا «جمادا» من الجمادات أو كومة هامة مقضيا عليها بالفناء والزوال . ولربما انتهى به هذا التفكير الى احترامه لنفسه ، لجسده وعقله وروحه ، والى تغيير موقفه من الحياة حفاظا على حياته وصونا لها .

وفى هذا المنعطف من منعطفات وجود الانسان ، تنشأ فى نفسه مفاهيم جديدة ورغبات جديدة واحتياجات جديدة ، تدعو الى أن يصير أكثر خفة وأن يسمو الى ما فوق ماديته ، حيث انه ابتداء من تلك اللحظة يحسب حسابا لحياة روحه وخلقها .

وفى ظل هذه الظروف يشهد الانسان ما يحرز من التقدم والتطور بمحض ارادته واختياره ، ويعمى بالصلة الموجودة بينه وبين الحياة الكونية ، وبما عليه من واجب الحب والتضامن نحو الهيئة الاجتماعية التى هو جزء منها ومتمم لها .

أما متى لم تكن المحن والتجارب قد ألزمت الانسان جانب الحكمة والتعقل ، فانه يستمر بكيانه الجسدى فقط ،

ومن أجل هذا الكيان العابر الزائل المحدود، مختالا في كرامته  
الزائفة المتمثلة في غروره وكبريائه المفرطين اللذين يعجبان  
عن بصره رؤية ما هو جوهرى - ومتى أدرك الانسان وجود  
هذه الكبرياء وذلك الغرور ، وشرع في محاربتهما مع محاربة  
باقى ما فى نفسه من العيوب الأخرى فلسوف يكتشف المعنى  
الحقيقى للحياة ، والفرحة بالاحساس بأنه أخ لغيره من  
البشر فى الوحدة التى يجدها ثانية بينه وبينهم ، وحدة  
قدرهم المشترك فى الرجوع الى الله .

## الارتقاء بالبشرية هو مسئولية الفرد

ان اصلاح العقلیات البشرية اصلاحا يقوم به الناس  
بمحض ارادتهم واختيارهم ، لهو خير ضمان أكيد للنهوض  
الخلقى والروحى والاجتماعى لعالم كعالمنا الحاضر ، نشأ  
سوء احواله وتدهور أموره من تدهورنا نحن . فان أبیننا  
الاعتراف بذلك ، استمررنا نرقص فوق فوهة بركان ،  
وندور فى حلقة مفرغة ، هى حلقة ما اعتدنا علیه من  
المخازى ، كالكلب يعود ثانية الى قيئه بعد أن تركه .

ان العلاج لهو فى متناول أيدينا ، فى التزامنا للنظام  
ومراقبتنا لأنفسنا وتقويمنا لها . حسبنا استخدام هذا  
العلاج ، أى الشروع فى عمل دائب نقوم به فى أعماق  
طبیعتنا ، حتى تتضاءل « الأنا » المحبة لذاتها، دون أن نطالب  
الغير بشئ ، ودون أن ننتظر منهم شيئا .

واذا كنا اليوم نحس بالقلق على أحوال العالم الاقتصادية  
 والاجتماعية التى تسوء يوما بعد يوم — ونحن على حق فى  
 هذا القلق — فاننا لا نفعل شيئا من أجل تحسين هذه  
الأحوال . فان معظم الناس يتمسكون بمواقفهم الخطرة ،  
مع أن الأمر يعنيه جميعا . فهمم الأكبر هو الحفاظ على  
ممتلكاتهم المادية وعلى رفاهيتهم واستقرارهم ، أما غيرهم  
من الناس فلا يعيرونهم أى اهتمام .

وفيما يختص بالقادة ، والناس ينسبون اليهم أشد ما هم  
فيه من الضيق ، وفى الوقت نفسه ينتظرون منهم المعجزات،

فهم أنفسهم قد سبقتهم الأحداث • ويتصدى الناس لهذه الأحداث كل حسب طبيعته وآرائه الشخصية • وإذا كان صدق أمقادة وإخلاصهم يبدو أن أمرا مفروغا منه إلا أن أقوالهم وأفعالهم لا تؤدي إلى نتيجة مقنعة إلا فيما ندر فالسياسات لا يجوز الاعتماد عليها في تقويم انحرافات اجتماعية تتوقف على العقلية البشرية ، والا كان هذا لغوا لا معنى له ، حيث أن السياسات تعنى بالثانوى وتهمل الجوهرى ، وهو الإصلاح الذاتى من أجل الإصلاح الجماعى •

أما المؤسسات التى أخذت على عاتقها التحدث باسم الله ، فلقد عجزت عن تأدية مهمتها فى قيادة البشر نحو تحسين عقلياتهم ليكونوا أهلا للتمتع ببهجة الحياة وفرحتها ، كما عجزت أيضا عن ادخال هذه البهجة فى الدنيا عن طريق مساواة تقوم على اخوة حقيقية ، مما كان يمكن أن يزيل التعصب والكراهية والحروب الحمقاء الوحشية التى يقتل فيها الأخ أخاه والتى تنشب بين مخلوقات خلقها ذات الاله الواحد •

ليس لدى المؤسسات البشرية اليوم ، كما لم يكن لديها بالأمس شىء تعرضه سوى كلام مردد لا طائل تحته ، وتقاليد عفى عليها الدهر وأساطير مذهب لا تغير من واقع الأمور شيئا ، لا فى الفرد ولا فى المجتمع وإذا كان فيها ما يكفى الضمائر النائمة ، ضمائر المكتفين بتقليد غيرهم من الناس تقليدا أعمى ، إلا أنها لا تفعل شيئا من أجل انارة أذهانهم والا لكانوا منذ زمن بعيد قد كشفوا الغطاء عما فيما تقوله وتفعله تلك المؤسسات من التحكم والتعسف ومجافاة المنطق ، بل أحيانا من الخرافات إذا قيس بمحبة الله وبحكمته •

بقى أن نأمل للضمائر أن تصحو من سباتها ، ولأنهم فى الحكم ، وكذلك لمحكوميههم ، أن يؤتوا من الشجاعة وسلامة الإدراك والتواضع ما يمكنهم من إعادة النظر فى مفاهيمهم والخروج مما هم فيه من انغلاق على الذات ، حتى يقوموا



يجهد متواصل يؤدونه بأفضل ما فى انفسهم ليكونوا أهلا  
للاضطلاع بالمهمة الكبرى ، مهمة الارتقاء بالمجتمع واشاعة  
جو جديد فيه هو جو عقلياتهم الجديدة .

وهذه المهمة الكبرى ، تتطلب من أجل نجاحها أن تضم  
كافة أصحاب النيات الصالحة ، فى تفاهم عميق بين الأفراد  
وبين الشعوب يتجاوز نطاق الانتماءات والاختلافات ، مما  
يكفل السلام فى عالم يسود الوفاق والوئام بين عناصره  
نتيجة لنفس ما هو بين هذه العناصر من التباين والتنوع ، لما  
فيه الخير لسائر البشر .

## العالم يجب اصلاحه من خلال كل فرد منا

ان كنا قد اخترنا الرجوع الى الله فى هذه المرحلة من  
مراحل وجودنا ، فعلينا أن نعيش كل يوم من أيام حياتنا  
فى حاضره الله الأبدى ، وألا نعود الى الالتفات نحو الوراء ،  
ولا الى اجترار ذكريات سنوات الماضى الذى ولى وانقضى  
والا ازدحمنا بها أذهاننا ووقعنا فى حيرة وارتباك لا مخرج  
منهما لنا .

اذا شئنا أن نتقدم فيما هو جوهرى ، فعلينا أن نتدرب  
على التحكم فى أفكارنا ، فلا نعنى الا بصالح الأفكار وطيبها ،  
ونغير من أفكارنا مالا يتفق مع أفضل ميولنا ، كالأفكار السلبية  
الضارة وأفكار الكراهية والغيرة التى تودى براحة بالناس  
وبتقدمنا الروحى .

ويتعين علينا المثابرة على هذا النظام ، فمن دونه لن  
يمكن لنا احراز أى تقدم . ولا ننس أن الأمر هو أمر ثورة  
داخلية حقيقية ، من أجل قهر الأنا المتكبرة المحبة لذاتها ،  
ولكى ننفض عنا كسلها الذى يميل بنا الى شروذ الذهن والى  
الوقوع فى الوسواس والبلبله . واذا نحن أردنا البقاء  
صاحين متنبهين ، فان أحسسنا بأننا قد تجمدنا فى داخلنا  
واستعصى علينا القيام بأى عمل من الأعمال تعين علينا  
القيام بواجب من الواجبات المادية ، ننجزه ونحن فى حضور  
الله . فبدلك نتحقق من أن الآخر لن يجىء ليحاول اغراءنا .

وان أفضل ما يمكننا القيام به من الواجبات لهو دائما اقرار النظام والترتيب فيما حولنا .

ان الشفاء من العيوب والنقائص التي تشقينا وتشقى من هم حولنا من الناس ، لن يتم لنا الا باتباعنا لتعاليم الله اتباعا دقيقا . فبذلك نصوغ لأنفسنا شيئا فشيئا عقلية جديدة . وفي كل مساء ، قبل أن نخلد الى النوم نسلم الى الله مفاتيح النهار بعد أن نكون قد قضيناه على خير وجه من الوجوه فنحس بمحبته ورحمته ورضائه في أعماق أرواحنا وقد أصبحت أقرب اليه من قبل .

لا شك في أن منهجا كهذا المنهج لن يتيسر لنا اتباعه دون احساس من جانبنا بانجذاب حقيقي نحو الله ، ودون رغبة صادقة في التقدم والارتقاء ، رغبة نغرسها في نفوسنا بقلوب مخلصّة وفيّة محبة مفتوحة لغيرنا من الناس . فانه ينبغي لنا أن نمر بهم من أجل الوصول الى الله ، والا فلربما وقعنا في روحانية أنانية متكبرة ، وأسأنا الى الوحدة الأصلية بيننا وبينهم .

ان الجوهرية. هي جوهر الحياة ذاته ، كما خلقها الله منذ الأزل . ولو أن الانسان كان مخلصا لقوانين الله ، لكان قد أقام عالما على صورة الله يحف به قادة هم أنفسهم قد تمرسوا على فعل الخير ، بدلا من أن ينشدوا المجد والربح المادى قبل سواهما من الأشياء . ان الآلة الحاسبة هي التي تقود البشر دائما ، فعلينا ايقافها ايقافا نهائيا .

ان كل شيء يجب اعادة أدائه والقيام به مرة أخرى في حياة الانسان اذا أراد الانسان أن ينجو من عواقب عقليته الأنانية المتكبرة الحسية . وهي عواقب قاسية الا أنها مع ذلك عواقب عادلة . وان خير الأمور لهو في متناول الانسان لو أنه قبل استخدام الوسائل التي تعطى له من جديد في هذه الأوقات ، حتى يخرج مما هو فيه من العجز والقصور .

\*\*\*

ان الانسان عندما يرتكب الشر ، يعلم بأنه يرتكبه -  
واذا هو تظاهر بأنه لا يعلم ، فان هذا لن يقلل من استمرار  
الشر في فعله الذريع في داخل الانسان . وعاجلا أو اجلا  
سوف يوجه بدنه اليه اللوم على ذلك ، الى أن يقرر الانسان  
القيام باصلاح نفسه ، بعد أن يستنير ذهنه بادراك أدق  
لواجباته نحو نفسه ونحو أخيه الانسان . فيدخل حينئذ  
طورا جديدا من أطوار الوعي يهذب كيانه كله ويرهف حسه  
وشعوره ، فينتهى الأمر بتغير الانسان .

\*\*\*

إذا كان الشر قد انتشر على وجه البسيطة بصورة  
ظاهرة للعيان وكانت الرذيلة والفساد قد هبطا بالانسان  
أكثر فأكثر الى مستوى الحيوان ، الا أننا مع ذلك نحفظ في  
أنفسنا بالأمل في حدوث تغير نحو الأفضل . وهذا التغير  
نحس به يبدأ في كل جهد من جهودنا . وهو تغير يجلب  
للجميع السلام والحب والبهجة والصحة ، بانتصار الخير  
وغلبة الله على ظلمات العالم .

## الحياة تصنع بك ما تصنعه أنت بحياتك

متى لم يكن الانسان مسيطرا على ذاته وعلى رغباته ودوافعه وغرائزه ، قاد حياته كالأعمى أو كمن فقد الوعي . ونظرا لبقاء عقله بصورة مستمرة تحت سيطرة الآخر ، فانه لا يستطيع التغلب على المادية والحسية اللتين تستعبدانه وتبعدانه عما هو جوهرى .

أما من أوتوا حظ الافلات من هذه الحالة ، فان الأمر الجوهري عندهم قوامه صحة خلقية ونفسية بدنية ممتازة ، يكتسبونها أو يستعيدونها فى نظام يومى يتاح لهم بفضلهم القيام بكل واجباتهم ، وأن يكونوا فى سلام مع ضمائرهم ومع أقرانهم البشر ، على الرغم من الفروق الموجودة بينهم ، وهذا السلام الداخلى تصاحبه دائما البهجة والانشراح ، متى حاربوا فى صدق واخلاص ضد كل ما يتعارض معه .

هذا بينما الأمر الجوهري عند أهل الدنيا هو بوجه عام تحقيق الرغبات الأنانية والمطامع المتكبيرة بصورة سريعة وبأية وسيلة من الوسائل ، دون أن ينسوا الحصول على تقدير الغير لهم . وهكذا فان الأمر « الجوهري » عندهم هو كما نرى أمر « وجودى » للغاية .

ولو أن الفرد القادر على التفكير وعى بهذه الازدواجية التى تجعل منه انسانا مفتقرا الى الصفاء والاستقامة ، متصفا بالتقلب والتلون ، فلربما أوتى الرغبة فى أن يصبح انسانا أفضل ، وفى أن يصير أكثر اهتماما بغيره من الناس - وسرعان

ما يصبح الحب النقي دون مقابل ، هو الغذاء الطبيعي لقلبه . وفى استطاعة كل فرد من الأفراد تجربة ذلك .

أما ان أبى الانسان اتباع هذا النهج ، فلسوف يستمر يحيا حياته الأنانية المختلة حسب آرائه الضيقة الأفق ورغباته التى لا تعرف الشبع . ونظرا لعدم خضوعه لقوانين الله لأن كبريائه تدفعه الى رفضها ، فانه يمارس ارادته فى أغلب الأحيان ضد الغير ، وفى النهاية ضد نفسه .

ان الانسان ليصبح سعيدا كل السعادة لو أنه كلف نفسه عناء العمل من أجل ذلك . فمتذ الأزل قد تم اعداد كل شئ وتنظيمه بمعرفة الخالق من أجل توفير السعادة الحاضرة والأبدية للانسان ، بشرط خضوعه لأحكام الله كما تخضع الطبيعة لها . ولكن الانسان - وأسفاه - لم يتعلم شيئا من الطبيعة أمه الرؤوم . وبدلا من احترامها ومحبتها وحمايتها، يدآب البعض على تخريبها مدفوعين بما فى نفوسهم من الطمع والجشع .

ويجرؤ الانسان على الشكوى من سوء طالعهِ ومن أمثاله البشر ، ناسبا اليهم عيوبه ونقائصه الشخصية ، بل أشد ما هو فيه من المتاعب والمشقات ، مع أن ما يعانيه من الضيق انما هو نتيجة لعقليته المنحلة ولخروجه على قوانين الله وعلى الحياة الكونية .

متى سما الانسان بروحه فوق أمور العالم المادى وفوق صفات ذاتهِ الأنانية ، دخل فى تيار جديد ، وأدرك أن نجاح حياته المادية والمهنية انما يتوقف الى حد كبير على حياته الروحانية وعلى ما يبذله من الجهد من أجل انجاحها .

ومتى خضع أمام الله وتقرب الى اخوته البشر بدلا من أن

يخشاهم أو يبتعد عنهم ، نال بهجة القلب وراحة الضمير ،  
وصار ذلك بالنسبة له بمثابة بعث حقيقى ، وعاد الى جو  
سنوات شبابه وحيويتها الداخليين ، عندما كان خالى البال ،  
يمرح فى طرق تحف بها الزهور ويغمرها ضياء الشمس  
المشرقة .

وهكذا يصبح للانسان كامل السيطرة على ذاته ، ويحس  
أخيرا بالسعادة فيستمد الرحيق الجوهري لحياته من حب الله  
الذى لا نهاية له -

الله ؟

اننا نعمله فى داخلنا

ما لم يكن الانسان قد انغمس فى المادية الدنيوية ،  
وتجرد من كل إحساس وشعور ، فانه فى حاجة الى مثل أعلى  
روحانى ، يمكن أن يساعده على التقرب الى خالقه .

ومهما يكن من امر ، فمتى كان بحث الانسان عن الله  
بحثا صادقا مخلصا ، فانه يحس بأنه يحمل فى ذاته من يبحث  
عنه ، ويعلم أن هناك فى أغوار كيانه سوف يكتشفه دون  
وساطة وسيط آخر سوى ضميره . فيستعد لهذا اللقاء بطهارة  
سلوكه ونقاء سيرته -

الله ؟ ان كلا منا يحمله فى داخله - فهو الحياة التى  
تحىي كياننا - وهو الحب الذى يغمر قلوبنا عند محبتنا  
لاخوتنا - وعاجلا أو آجلا يتجلى الله لمن يبادر بالمثل أمامه .

أما أولئك الذين لا يعرفونه بل يرفضونه مقدما حيث  
ان المستوى المادى هو وحده الذى يسد حاجة غرورهم  
وادعائهم ، فلسوف يعوز حياتهم دائما البعد الرئيسى - البعد  
الذى يجعل من الانسان انسانا كاملا . فيصبحون باستمرار  
من التائهين المتشبهين بالقيم الدنيوية الزائفة ، ويمرون  
أمام خيرات الله وهم لا يبصرونها ، تلك الخيرات التى يعدها  
الله لأولئك الذين يمتشقون به خالقها لهم ويعيشون على  
محبتة ، فتقوى ايمانهم وتنير الطريق أمامهم وترشدهم من  
داخل قلوبهم -



متى آمن الانسان بالله وعاش فيه ، صار انسانا متفتحا  
ذا مشاعر حارة ، متفرغا للغير ، راغبا فى أن يقتسم معهم  
ما يحس به من السعادة والهناء . ولا يمكن له أن يعود فيصبح  
ذلك المخلوق الأنانى الذى كان يعيش على هامش الحياة غير  
مكتثر بأحد ، والذى كان فيما مضى يحيا من أجل لذته فقط  
ومن أجل نجاحه المادى دون سواه ، فيوجه حياته نحو قيم  
أخرى ، تمكنه من أن يجد الله فى نطاق حياته العادية ذاتها .

وفى آخر النهار ، بعد الفراغ من واجباته التى يفرضها  
عليه وضعه فى الحياة ، والتى يؤديها دائما فى شعور بالغبطة  
والسعادة بأنه يخدم غيره ، يمنح نفسه بضع دقائق من  
الاتصال القلبى بذاك الذى لم ينسه قط ، لأن لحظة واحدة  
يعيشها من دون الله تجعله يحس مقدما بطعم الفناء .

وبمحافظة بآمانة واخلاص على تلك المواعيد من مواعيد  
الحب التى لن يستطيع الاستغناء عنها ، والتى تنظم حياته  
الروحية ووجوده البشرى بنفس الدرجة من النجاح والتوفيق ،  
يتقدم فى طريق ارتقائه وتطوره تقدما ربما كان بطيئا ،  
ولكنه تقدم أكيد . ودون أى اعتزال منه للجماعة الانسانية  
الكبرى ، يواصل بين أقاربه ، بل غالبا بفضل وجودهم ،  
الصراع الصامت من أجل انتصار الخير والحب والسلام  
فى داخله وفيما حوله ، وذلك بعقلية مغايرة يكتسبها على  
قدر ما يبذله من الجهد .

وانه ليعلم الآن ، من خلال ما اختبره وجربه مرارا  
وتكرارا ، أن الانسان لن يمكن له أن يحس بالحرية  
وبالسعادة فى هذه الحياة الدنيا ، الا فى تجرده على وجه  
التدريج ، وبارادته واختياره ، عن رذائله ونقائصه ونفاقه  
وفى انفتاحه للحياة الجوهرية التى ان عاشها خلصته من  
أحماله وأثقاله ومخاوفه وقربته فى كل يوم من أيام حياته  
الى الله .

## تربية الأطفال عن طريق تربية الوالدين

متى ربي الأطفال - أو بتعبير أدق متى أسيئت تربيتهم -  
على أيدي والدين أعفيا نفسيهما من مسئولياتهما ، فلا شك  
فى أن الأطفال لن يميلوا الى حياة روحانية صادقة عميقة ،  
تنظم حياتهم على الأرض .

ان الحرية المطلقة من غير حدود ، والتي يتركها الوالدان  
لأولادهما ، راميين من وراء ذلك الى الاحتفاظ بحريتهما  
الشخصية ، انما تصرف الصغار عن كل تفكير يمكن أن  
يساعدهم على أن يجدوا أنفسهم ويعرفوها معرفة أفضل ،  
ويعالجوا ما فى أحوالهم من قصور قد لا يكونون قد أحسوا  
به من قبل .

أما الوالدان ، فنظرا لانشغالهما بظروف مادية تزداد  
طفيانا أكثر فأكثر ، فهما عاجزان كل العجز عن إرشاد  
الصغار الى الاختيار الصحيح لأن الوالدين هما نفسيهما لم  
يعرفا كيف يهتديان الى هذا الاختيار . ثم يستغرب الوالدان  
بعد ذلك عندما ينحرف الصغار عن الطريق المستقيم . فهما  
يعتبران أن مجرد قيامهما باطعام صغارهما وكسوتهم  
وايوائهم هو كاف لإبراء ضميريهما . ولا يعرفان كيف  
يقتطعان بضع لحظات فى آخر النهار لكى يعيدا الاتصال  
بينهما وبين أطفالهما ، فى حديث نافع يثرى مداركهم ، وفى  
لقاء حار بين القلوب ، يقى من لقاءات صامتة بين الرؤوس ،  
كثيرا ما تكون لقاءات مخيبة للآمال . ويرى البعض فى ذلك  
مضيعة للوقت ، مع أن الوقت يمنح عن سخاء للحياة  
الخارجية ، وللمذات الآنا المحبة لذاتها ، هذه الملذات التي تترك

القلوب خاوية وتبعد الناس عن السعادة الحقيقية - ان  
الوالدين ، شأنهما شأن سائر الماديين « الطيبين » ، لا يفكران  
الا فى المال ، الذى يلزم ليس فقط لنفقات المعيشة اليومية ،  
وهذا أمر طبيعى ، بل على الأخص للكماليات ولارضاء  
احتياجات زائفة ومطامع وطموحات ورغبات أخرى ، منها  
الرغبة فى التباهى وفى الظهور وفى نيل اعجاب الناس ،  
جاعلين بذلك الأمر الثانوى هو الأمر الجوهري فى حياتهم -  
صحيح ان الناس فى أيامنا هذه يحسون بمظهر الانسان  
وبمكانته الاجتماعية ، أكثر بكثير من احساسهم بقيمته  
الخلقية .

من هذه العقلية الفردية نشأت عقلية مجتمعنا - فلنأمل  
اذن للشباب ممن لم يتأثروا بتصورات الكبار ، أن يتمكنوا  
من تصريف الأمور فى عالم الغد بقسط من سداد الرأى ومن  
الحكمة والتواضع أكثر من هؤلاء الكبار ، جاعلين نصب  
أعينهم القيم الخلقية المتينة الثابتة .

أما القيم الزائفة التى ارتكن اليها بعض الناشئين ،  
فمن يدرى ، فلربما لم تكن تمثل فى نظرهم الا هروبا من  
عالم لم يجدوا فيه ما يستطيعون الاعتماد عليه ، ولم يروا  
فيه قدوة تحفزهم على الاقتداء بها ، وبحثوا فيه عن مكان لهم  
فلم يجدوا لهم فيه مكانا - ومما يؤسف له أن هذا الهروب لم  
يؤد الا الى مخاطر تجارب سلبية ، حطت أحيانا من شأن هؤلاء  
الناشئين ، وجمعت بينهم جميعا فى نفس الانسياق الواحد  
مع التيار ، وفى نفس السعادة الزائفة القائمة على حرية  
زائفة .

ان البعض قد بدأوا فعلا يعترفون بذلك - ونظرا  
لوعيتهم بضرورة البدء من منطلق جديد ، فهم يحاولون  
الخلاص من تلك الحال - ولسوف يخلصون منها بحكم الأمر  
الواقع ، ولحاجتهم الى مزيد من الراحة فى عقولهم وقلوبهم  
وأجسادهم التى أنهكها مختلف ألوان الافراط والاسراف -  
فان كانوا من المخلصين المثابرين ، فلسوف يجتذبون نحو

أنفسهم أحوالا مغايرة فى الحياة ، ويوضعون فى أوساط وظروف تساعد على تفتحهم الخلقى والانسانى ، كخطوة أولى نحو روحانية عملية قابلة للتطبيق فى الحياة ، ومجردة من كل صنوف الاكراه التى تحد من قدرة الانسان ، كما أنها مجردة أيضا من الاضافات التى أضافتها المؤسسات البشرية .  
روحانية سارة موحية بالثقة لأنها تكون قد غيرت أحوالهم تغييرا ظاهرا للعيان .

وسوف يكون هذا بداية لانسانية واعية مسئولة ، تصبح فيها الحياة الروحانية مسطورة فى الحياة الاجتماعية .  
وهذه الانسانية الجديدة نحن نحملها فى داخلنا . وهى تنمو وتظهر فيما حولنا عندما نبدأ فى اصلاح أنفسنا وفى محبة أمثالنا البشر .

## أسباب متاعبنا ووسائل علاجها

ان الوسيلة الوحيدة لمساعدة أمثالنا البشر على الخلاص من متاعبهم الجسدية والنفسية ، هي أن نخاطب قلوبهم \* وعقولهم \* فان ما فى أقوالنا من المنطق وما فى مشاعرنا من الصدق والاخلاص ، هو وحده الذى يمكن أن يوحى اليهم بالثقة وأن يجتذب شيئاً من الاهتمام من جانبهم يساعد على الحوار \*

غير أنه يلزمنا أن نختار اللحظة النفسية الملائمة لكى نوضح لهم أسباب متاعبهم وندلهم على العلاج الذى نكون نحن قد قمنا بأنفسنا باتباعه \* فنحدثهم فيما نحدثهم به عن مراقبتنا لأفكارنا وعن تحكمنا فى أنفسنا وارتقائنا بعقليتنا وتحسيننا لها \*

واذا كان من واجبنا أن ندين الآراء والممارسات الخاطئة الضارة التى تبقى معظم الناس فى وضع الموتى الأحياء ، الا أنه يلزمنا أن نتوخى الكثير من الحب والتواضع وكذلك من اللطف والكرامه فى أسلوبنا فى الكلام وفى التصرف \*

وعلى كل حال يجب أن نؤكد لهم دون خوف أو خشية ، انهم سوف يجدون الفرحة بالحياة ، وسوف يتمكنون من تحسين أحوالهم الجسدية تحسيناً ملموساً ، اذا هم وفوا بشروط معينة - شروط سوف يكون فى استطاعتنا ايضاحها لهم بطريقة أفضل ، لو أننا كنا حاملين بصورة ظاهرة لما نود ايصاله اليهم من الطمأنينة ومن الصحة ومن الاتزان \*

وان كانوا يعانون على الأخص من الناحية النفسية  
لحزنهم على فقيد عزيز ، فاننا نقرب من قلوبهم لكى نسرى  
عنها ونبعث فيها العزاء ونجعلهم يحسون بمحبتنا الاخوية  
وبعطفنا وشفقتنا عليهم . فنقول لهم ان الحياة بالنسبة  
لأعزائنا الراحلين هى مستمرة متواصلة على مستوى آخر ،  
وانه لا يفصلنا عن هؤلاء الراحلين الأعزاء الا مجرد ستار  
هو من ناحيتنا معتم ، ولكنه من ناحيتهم شفاف يسمح  
لأرواحهم وقد تحررت بمشاهدتنا ، بينما أرواحنا مازالت  
حبيسة سجنها الجسدى . وهذه الأقوال سوف تسرى عنهم  
بطريقة أضمن من عبارات التعزية التقليدية .

ومن ناحية أخرى ، فيما يتعلق بالتغذية الخاطئة التى  
تنقصها العناصر الضرورية والتى يترتب عليها تلوث جسم  
الانسان واصابته بالمرض والشيخوخة ، يجب أن نتوخى  
الحرص كل الحرص . فان كنا ، على سبيل المثال ، نخاطب  
أشخاصا ليسوا على علم بحقائق الأمور ، وأشرنا عليهم من  
أول وهلة بالامتناع عن تناول اللحوم ، فلسوف يثورون  
ويردون علينا قائلين انهم لن يستطيعوا الاستغناء عنها ،  
وانهم ليسوا على استعداد لتغيير عاداتهم . فلا يجوز لنا اذن  
أن نفرض شيئا من الأشياء ، بل يحسن تغيير مجرى الحديث  
الى ما قد يدفعهم الى التفكير والى ما قد يؤدى بهم - فى تلك  
الحالة بالذات - الى الاعتراف بأنه ليس من الضرورى القتل  
من أجل الغذاء . فكم تحت تصرف الانسان من الأشياء  
الطبيعية الطيبة التى تغذيه وتجعله فى صحة كاملة . هذا  
بينما شريحة « البفتيك » وضلع الخروف « الكوستيليت »  
وفخذ الخنزير أو كتفه « الجامبون » وكلية الحيوان ومخه ،  
مما يلد للناس تناوله ، انما هى مقتطعة من جثة حيوان  
مسكين ، لا يمكن لموته أن يؤدى بهم الى الحياة . ولو عرضنا  
عليهم زيارة أمكنة ذبح الحيوانات « السلخانات » ومشاهدة  
مجزرة من تلك المجازر اليومية ، فاننا نكون قد اخترنا من  
الحجج أقواها وأوقعها .

ان الحقائق كلها هي صالحة لأن تقال عندما يقتضى الأمر تحذير اخوتنا مما يضر بحياتهم ذاتها ، وافهامهم انه لا توجد سعادة كاملة من غير الصحة الخلقية والجسدية ، وانه لا صحة من غير الحكمة النابعة من اتباع نظام معين فى الحياة .

أما من يردون على كل شيء بتلويحهم بنصوص حرفية ولفظية من نصوص الكتب المقدسة ، دون أن يستخلصوا روحها ويعيشوا حسب مغزاها ، فاننا نقترح عليهم الرجوع فى هذا الصدد الى السطور الأولى من سفر التكوين فى كتابهم المقدس ، والتي تشير على الانسان بالتغذى « بالثمار وبكل ما يبذر بذرا » وفى مكان آخر يقول الكتاب المقدس ان « من ذبح ثورا فهو قاتل انسان » . وهنا أيضا يهمل الناس من الأمور أهمها ، بمثل ما ينسون اصلاح أنفسهم ، مع أن اصلاح النفس هو فى حيز الامكان ، وأمامنا القدوة التى علينا الاقتداء بها ، مادام الله قد وهب المقدرة على ذلك للناس جميعا .

## استعادة الفردوس المفقود

ان الحياة وفقا للقيم الجوهرية ، وهى قيم القلب والروح ، معناها أن نعود تدريجيا الى أصولنا الأولى ، وأن نستعيد الفردوس المفقود فى دنيا مطبوعة على الأثرة والمادية والاباحية والفجور . كما أن معناها هو أن نعيش على الأرض كما لو كنا فى السماء - السماء التى نحملها فى أعماق وجداننا جنبا الى جنب مع جهنم التى نشقى فيها من جراء مقاوماتنا لله .

لماذا نبقى فى جهنم والسماء فى متناولنا ؟ لماذا لا نجرب ، فى أمانة واخلاص ، أنظمة الحياة التى وضعها الله لخلقه ، والتى يعاد تقديمها لأناس اليوم كما أراد الله للبشر أن يعيشوها ؟

ليست الدنيا هى التى سوف تخلصنا من أثقالنا ومن متاعبنا . وليس منها سوف يأتينا سلام القلب والروح والرضا الكامل للنفس . فان الدنيا لا تساعد فى شىء على التقدم والتطور الانسانيين . انها ربما أعانت الانسان من الناحية الاجتماعية ، ولكنها على الرغم من كشفها العلمية لا تقوم بشىء ما من أجل تفتح روحه ونضجها . لأن الدنيا تبقى الفرد فى وضعه كحيوان بشرى . واذا كانت تمالى عقل الفرد وذهنه ، الا أنها تناوىء حياة روحه وتعارض اندماجها فى الروح الكونية ، وهى روح الله التى منها



الحياة ومنها الوجود ومنها كل ما يحتاجه الانسان لتهدئة روعه وتقوية ايمانه وكفالة قوته .

تعرض الدنيا - من أجل تعويض الانسان عن كل ما ينقصه - مجرد نظريات وفلسفات وطقوس لا تجدى نفعا، لأنها لا تغير شيئا من صميم طبعه ومن أسلوبه الخاص في ادارة حياته وفي تحسين علاقاته بباقي الناس .

أما من يخلق عليهم في داخل أديرة ، ويرسم لهم طريقهم مقدما بمعرفة عقول تفكر بالنيابة عنهم ، فانهم ان كانوا يعتقدون أنهم في أمان وفي خلاص في داخل أسوار الدير وفي ظل صمته وسكونه ، فكيف يمكن لهم أن يبرأوا مما في أنفسهم من النقائص ، اذا لم يتدربوا كل يوم على اصلاح أنفسهم وتطهير قلوبهم وعقولهم لكي يتقربوا الى الكمال الالهي ؟ انه طبقا لشهادة بعض من ترددوا على مدرستنا من الرهبان، يدخل الراهب الدير ويموت فيه ، وعيوبه هي هي ، ربما ازدادت كثيرا أو قليلا ، أو ربما كبتت كثيرا أو قليلا ، دون أن يكون قد عاش قط وفقا للحق النهائي - هذا الحق الذي ظل بالنسبة للغالبية العظمى مجرد حبر على ورق . والأمر كذلك أيضا بالنسبة للروحانيين الزائفين وللجوهريين الزائفين ولضعفاء الارادة من سائر الملل والنحل .

فنظرا لأنهم قد طبعوا على عقلية دنيا كان يبدو أنهم قد هجروها وابتعدوا عنها - أو هذا على الأقل ما هو مفترض فيهم - نرى بعضهم يقعون في اللعبة الخطرة ، لعبة السياسة ، بدلا من أن يمارسوا الفضائل التي وضعها الله - وملكوت الله ليس هو ملكوت الدنيا - وبدلا من أن يقوموا بتأييد قوة هي أقوى من سائر المذاهب الفكرية التي تتصارع فيما بينها فتفرق بين الناس ، وهي قوة الحب النقي الايثاري المجاني - قوة كفيلة بأن تنقلهم من الموت الى الحياة وبأن تقودهم في التيار الالهي وتبين لهم بطلان مساعيهم القائمة على الطموح وعلى المادية . علما منهم بأن رجال السياسة وكل

من نحا نحوهم — على الرغم من أقوالهم الجميلة — لم يغيروا شيئاً من وجه الدنيا ، ولم يعملوا أبداً على إسعاد البشرية .  
ان ما يبعد الانسان عن كل فكرة من أفكار الإصلاح الذاتى ، هو أمله الدائم فى أن يجنى ثمار تراكيبه العقلية المستوحاة من الأنانية والكبرياء والمادية والجميع يعلمون هذا ويشاهدونه ويشقون بسببه ، ولكن ما الذى يفعلونه من أجل علاجه ؟ ان شيئاً لن يتغير فى الدنيا طالما ان الانسان نفسه لا يتغير . ونظرا لامتلأه بحكمته الكاذبة ، فانه يظل دائماً ذئباً لأخيه الانسان ، اذا هو أبى أن يستند الى حب الله وعدله وحكمته ، وهى وخدها التى يمكن أن تعيده للغرض الحقيقى الذى خلق لأجله ، وأن توفق بين قلبه وبين القلب الكونى ، وتكفل الهناء والحرية والسلام بين جميع الناس .

## الذكاء والتعلم

الذكاء هبة من هبات الله لا يجوز الخلط بينها وبين التعلم . اذ أن التعلم هو مسألة ذاكرة ، ويدخل فى نطاق الجهد الشخصى الذى يبذل من أجل اكتساب مجموعات من المعارف البشرية حسب استعداد كل فرد من الأفراد . فهناك أشخاص اختاروا التعلم دون أن يكونوا من أجل ذلك على جانب من الذكاء أوفر من غيرهم بينما أفراد سواهم أشد ذكاء منهم ، ليس لديهم أى ميل للدرس .

ومهما يكن من أمر ، فإن الغالبية العظمى من الناس ، على الرغم مما هم عليه من الذكاء ، ومما تلقوه من التعلم ، يتصرفون فى بعض الأحيان تصرف الأغبياء فى ادارتهم لدفة حياتهم ، نظرا لأنه ينقصهم الأمر الرئيسى ، وهو الادراك السليم والقدرة على التمييز ، وهما ينتجان من الحكمة الصحيحة .

ان الانسان منذ انفصاله عن الله قد تبلى ذكاؤه وضمير من جراء أثرته وكبريائه وماديته . وقد يكون من حسن حظه اذا هو لم يستخدم هذا الذكاء فى فعل الشر وفى ظلم غيره من الناس وارتكاب القسوة نحوهم . ونظرا لامتلأته بالمعارضات والمقاومات والمتناقضات فانه لم يعد يدرى كيف

يختار بين ما يقضى على حياته ويدمرها وبين ما هو نافع مفيد  
لرفاهيته وصحته وهدوء باله - بل على النقيض من ذلك يبدو  
انه يتهافت على ما يبعده عنها ويبقيه في ظل الخمول الناشئ  
مما هو عليه من النقص والقصور -

واذا كان الانسان يحسب نفسه من بين الممتازين عن  
غيرهم من الناس نتيجة لانتماؤه الاجتماعى أو الدينى، الا انه  
ليس لديه أى نزوع نحو الطيبة المترفة التى تعنى بالغير  
وتضع نفسها تحت تصرفهم - ذلك لأن العصب المحرك لحياته  
ما هو الا النجاح الشخصى والمال الذى يمكن به اليوم شراء  
كل شئ من الأشياء ، حتى الضمائر نفسها وقد صارت  
« مطاطة » تباع وتشترى -

ولو أن الانسان اهتم بمطالب روحه المتعطشة الى الكمال  
والجمال والحب والنقاء لارتباطها ارتباطا مباشرا بالله ،  
فلربما أحس بالحاجة الى تطهير ذاته والارتقاء بها والى  
التقدم يوميا فى طريق تحرره - ولأدى هذا التأثير الروحى  
فى حياته اليومية الى تزويد أفكاره وأقواله وتصرفاته باتجاه  
وبعد جديدين ، يزيدان ذكاءه سموا وعمقا -

يحمل سائر الناس فى أنفسهم الخير والشر ويحاولون  
التوفيق بينهما - ومما يؤسف له أنهم نظرا لغلبة الكبرياء  
على الذكاء الفطرى ، يتأثرون بالشر ، وهو صادر من الآخر ،  
أكثر من تأثرهم بالخير وهو صادر من الله - اذ أن الشر هو  
الذى يحول من قديم الزمان دون وحدتهم فى الله مع أقرانهم  
البشر -

ان الانسان يجب اعادة تهيئته من الألف الى الياء - واذا  
هو أراد أن يدرك المعنى الحقيقى للحياة ، فعليه أن يجاهد  
من أجل الخلاص من خموله الروحى ومن ظلماته الداخلية  
التي تحجب عنه رؤية الحقائق الجوهرية وتبقيه فى الدروب  
المطروقة التي لا تؤدى الى شئ - كما أن عليه أن يحفظ روحه

وضميره وقلبه ساهرة حتى لا يستمر في خطأ العيش في ظل  
حياة كلها مادية وفوضى ، وهي حياة شديدة الضرر بتقديمه  
الروحي والانساني .

ومتى انفتح ذكاء الانسان لأمور الروح ، واتجه نحو  
الارتقاء بنفسه ، فلسوف يؤتي معرفة الحياة واحترامها ،  
كيميا . يؤتي المعرفة والاحترام لذاته وللناس وللأشياء .  
وبتحرره من الشر بفضل جهوده الذاتية ، سوف يشهد زوال  
إزدواجيته تدريجيا نتيجة لانتصار الخير . وعندئذ سوف  
يجد مرة أخرى وحدته الأولى في القوة والحياة والحب  
الصادرة من عند الله .

## الحياة الجوهرية

الحياة الجوهرية هي العمل بالحكمة وبالحب ، فهي تقوم عليهما • ويتم التدريب عليها وصيانتها يوميا في نطاق الحياة الانسانية فتضفى عليها بعدا جديدا •

• والانسان متى أوتى الوعي بهذه الحياة المتوهجة الكاملة ، وأعقب وعيه بها اتخاذ موقف حاسم نهائيا ، فانه يستخدم فترة مروره على الأرض استخداما صائبا حكيما • ويصبح الأمر الجوهرى عنده هو أولا مواعمة أفكاره ومشاعره بحيث تتمشى مع تعاليم الله ، حتى يظل باقيا على اتصال بطول الموجة الصحيحة في حضور الله وهو حضور أبدي ، دون أن يلتفت الى الورااء قط • ويتعين عليه مراقبة هذه المشاعر والأفكار وتطهيرها وتوجيهها نحو الأفضل • وهكذا يثبت سلوكه وأقواله وأفعاله لجميع الناس ، وأولهم أقاربه ، أن الارتقاء بالنفس وتحسينها هما في حيز الامكان ، متى رغب البشر رغبة حقيقية في ذلك ، وأن عليهم المرور بنفس هذه المراحل بعينها ، اذا هم أرادوا ادراك المعنى العميق للحياة - والحياة هي خالدة بمثل خلود من خلقهم - ورغبوا في الحصول على السلام وعلى الحرية الداخلية الصحيحة ، النابعة من تجرد الانسان بمحض ارادته واختياره من شخصيته الأنانية المتكبرة المطبوعة على الكذب والنفاق •

والحياة الجوهرية ليست في حاجة الى الحديث عنها ، فهي تتدفق تدفق الماء من ينبوع في يسر ودون عناء • أما الحديث عنها حديثا بلا ترو ولا تبصر ، فلن يترتب عليه

فلا النزول بها الى مستوى ما فى الألفاظ من القصور ومن العجز عن التعبير . ولكى يحيا الانسان هذه الحياة ، لا مناص له من أن يطرح عن نفسه كل ألوان الوسوس الفكرية ، وكل الأحقاد والمقاومات التى لا يجدى فى ازالتها الا التواضع دون سواء .

ومتى استقرت الحياة الجهرية فى قلب الانسان وفى عقله ، كشفت له عن قدراته الكامنة التى طالما ظل يجهل وجودها لشدة شكه وريبته فيما هو غريب عن آرائه البشرية الضيقة ، ولمعارضته المسبقة له .

ليس عند الله طلاس ولا الغاز . بل تتجلى أسرار له لمن هم أهل لاستخدامها الاستخدام الحسن . أما غيرهم من الناس ، فلو كشفت لهم هذه الأسرار لاتخذوها مواضيع للمجادلة والمناقشة ، بل للسخرية والاستهزاء ، ومجالات للتعجب والاستغراب متصلة بالأمور الخارقة للطبيعة ، فانتفخوا بمعرفة جديدة لا نفع منها ولا فائدة .

ان العالم ملئ بمثل هؤلاء الأفراد الذين يعلمون ، أو يظنون أنهم يعلمون ، والحقيقة أنهم لا يفعلون الا ترديد ما حفظوه عن غيرهم من الناس ، ممن كانوا قد اغترفوا من الرصيد المشترك . فلا يمكن اذن أن ينبع شئ ما من أعماق كياناتهم الحقيقية المدفون تحت طيات ماديتهم ، والذي يجهل معظمهم وجوده .

ولعلنا من أجل مساعدتهم على اكتشاف هذا الكيان الحقيقى ، قد نبهنا اليه قبلهم . ولكن ان كانت عقليتنا ، بعد كل هذه السنين ، قد بقيت كما هى لم تتغير ، فلن نستطيع أن نقودهم الى الحياة الصحيحة . ولعدم وعينا بواجباتنا نحو أنفسنا ونحو اخوتنا البشر ، فلسوف نظل باقين كالثمار اليابسة المتفضنة التى لا طعم لها ولا مذاق ، عاجزين عن ارواء ما يحس به الباحثون المخلصون ، وما أكثرهم عن إيماننا هذه ، من عطش الى الحب والى الحق . بل ان روحانيتنا

الفكرية التى تظل فى حيز الفكر ولا تنتقل الى الحياة ،  
سوف تبقىنا فى نطاق الروتين والفتور والضحالة ، كشأن  
من يظلون طوال حياتهم ضعفاء الارادة خائرى العزيمة •

ولكن مهما يكن من أمر ، فلن يستطيع شئ من الأشياء  
ان يوقف التقدم الروحى للعالم • فلقد دخلنا فى عصر  
جديد ، هو نهر الطهارة ، الذى يفتح الطريق المباشر بين الله  
والناس ويسكب عليهم مياهه المطهرة الملطفة التى تساعدهم  
على التحلى بالوداعة ودمائة الخلق ، وعلى التقدم والارتقاء ،  
وعلى اعطاء قصب السبق للروح الخالدة على الجسد والمادة  
الفانيين ، مما يهيىء لهم الوصول الى سعادة حقيقية ،  
يصبحون أهلا لها بخضوعهم للقوانين الالهية ، قوانين الحكمة  
والعدل والحب •



## السعادة الحقيقية

لن يتاح للانسان أن يكون سعيدا سعادة كاملة وهو على الأرض ما لم يتمسك بما هو جوهري ، وما لم يكن على وعى بالروابط التى تربطه بالحياة الكونية التى هو جزء منها لا ينفصل نها ، وما لم يكن خاضعا للقدره العليا التى تدير الخليقة •

ان الفرق الموجود وجودا واضحا بين العالم السكونى الأكبر من ناحية وبين الكون المصغر الذى يتمثل فى الكائن البشرى من الناحية الأخرى ، هو أن الأول لا يزال باقيا على حاله كما خلقه الله ، على الرغم مما اقترفه البشر من أعمال السلب والنهب والتخريب • فتعاقب الفصول باق كما هو ، والنهار يتلو الليل حتما ، الى آخره • هذا بينما الانسان ، ذلك المخلوق المطبوع دائما على الانحراف ، يزداد ثقلا وغلاظة وظلاما وعمامة أكثر فأكثر ، من جراء ما فيه من روح الانفراد بالذات ، وما يرتكبه من المخالفات المتواصلة للقوانين الالهية ، تلك القوانين التى لو احترمت وروعيت لأعادت الانسان الى مكانه فى الدائرة الكونية ، ولأعانتة فى الوقت نفسه على البرم من اضطراباته الداخلية التى تخلف له ولأقربائه الشقاء والمعاناة عندما يفرض عليهم أسلوبه الخاطيء فى الحياة •

ونظرا لأن الانسان ليس حكيما ولا عادلا ولا صالحا ، فانه ليس خليقا بأن يشغل نفسه باعتبارات الأخلاق والضمير والشعور متى تعلق الأمر بتحقيق أطماعه ورغباته

المادية ، أحيانا على حساب غيره من الناس • فهو يسحقهم  
سحقا بلا شفقة ولا رحمة ، ودون مراعاة أو مجاملة ، وعلى  
وجه الخصوص فى أوساط الأعمال وأوساط السياسة •  
وان أبى الانسان الرجوع الى صوابه ، فان صفات الأنانية  
والكبر والنفاق والحسنة الملازمة للحيوان البشرى ، سوف  
تظل طوال مدة مروره على الأرض ؛ حجر عثرة فى سبيل  
تقدمه الروحى والانسانى •

فمن الملاحظ أنه على على النقيض من الحيوان — والحيوان  
قد بقيت عقليته كما هى لم تتغير ، اذ يكفل استمرار نوعه  
فى اتصالات طبيعية — نرى الانسان يعكف كثيرا جدا على  
ممارسات جنسية خارج أية احتياجات فسيولوجية ، ولمجرد  
الجرى وراء اللذة لا غير • وهنا تبدأ الرذيلة • فنحن نعلم بل  
نشاهد الى أين تؤدى مختلف ألوان الافراط التى تضر بصحة  
الانسان ، حيث أنها تستنفد طاقاته الحيوية وتضعف قدراته  
العقلية والفكرية ، عندما يخلط ما بين الحب وبين الجنس ،  
وما بين السعادة وبين اللذة •

الا أن كل شىء يمكن أن يتغير عندما يثوب الانسان  
الى رشده نتيجة للمعاناة المترتبة على شهواته التى لم تتحقق ،  
ونتيجة للآلام والأمراض التى يتحملها جزاء سقطاته  
وخياناته ، فيعود ثانية الى ايمان طفولته الأولى ، ذلك  
الايمان الذى كان يجعل منه انسانا سعيدا بكل بساطة ،  
والذى يذكر عقله بأنه ليس مجرد كتلة من الجسد ، وجنس  
يعلوه ذهن ، ووحش من وحوش الأنانية والتكبر والنفاق ،  
بل أنه قلب وروح وضمير ، وأن القلب والروح والضمير  
تفرق بينه وبين الحيوان • فيبدأ يحس بالحاجة الى تلبية

مطالب قلبه وروحه وضميره ، مما يفتح فى أعماق كيانه  
أمام نظره رؤية تيار منير من الحب والحياة ، يشعر بالانجذاب  
اليه فيبعده هذا التيار عما فى التيارات الشريرة ، تيارات  
العالم المرئى وغير المرئى، من الفخاخ والدسائس والملوثات .

وعندئذ يحس الانسان بالضرورة الملحة الى تطهير كيانه  
تطهيرا كاملا ، والى التزام الأمانة العميقة ، وهى وحدها  
التي يمكن أن توحى بالثقة فى صدقه وأصالته .

## ثمن الحرية

الغالبية العظمى من الناس لا يعرفون كيف يستخدمون الحرية التى يتلقونها هى والحياة فى آن واحد . والحالة الحاضرة للعالم هى الدليل على ذلك . فهم يظنون أنفسهم أحرارا متى لم يكونوا محبوسين فى سجن من السجون ولكنهم فى الحقيقة محبوسون فى داخل أنفسهم فى سجن أنايتهم .

وقليلون جدا منهم من يسلمون بأن أجسادهم المادية ، المولودة من أجساد والديهم الفانية ، تحتوى على أرواح خالدة تربطهم بالله . لذلك يستمرون فى العيش تبعا للمادية كيانهم الجسدى وحسيته ، مندمجين كل الاندماج فى هذا الكيان الجسدى . فتنقصهم البصيرة والالهام لكى ينيرا وعيهم ويرشداهم من داخل أنفسهم . وبفضلهما يمكنهم استخدام حريتهم بحكمة وتعقل ، بدلا من الانقياد الى غرائزهم والاستسلام الى ممارسات خطيرة تؤدى بهم الى القضاء على أنفسهم .

ولعل المحن والتجارب المادية والمعنوية الناتجة من سلوكهم الخاطيء تدفعهم الى الاتجاه الى طريق آخر ، هو طريق الحياة الجوهرية ، التى يختار فيها الانسان بمحض حريته ألا يفعل سوى الخير فقط . ومتى ذاقوا الأفراح الفائقة للوصف والترتبة على هذا الأسلوب فى تقويم الانسان لنفسه بمحض ارادته ، فلسوف يهتدون الى المعنى الصحيح للحياة والكلمة « الحرية » ، فلا يعودون يخلطون ما بين مشاعر الرضا بالقيام بالواجب نحو النفس ونحو الغير ،

وبين الملذات المغشوشة التي تحس بها الذات الأنانية في منافساتها المتكبرة وفي بطولاتها . فيضعون أنفسهم على الفور تحت تأثير الله وفي ظل رعايته ، الله الذي لا يرى ولكنه حي يبعث فيهم الحياة والقوة متى انقادوا الى تياره ، تيار الحب والحياة .

متى عقد الانسان العزم على الرجوع الى المنبع ، خيل اليه على الفور أن الله يتكفل به ويغمره بنعمه وبركاته ، ويملاً كيانه بحبه . وأحس بأنه يحيا من جديد للغرض الأول الذي خلق من أجله ، مع كل الوسائل التي تمكنه من ألا يعود الى الانحراف أو السقوط مرة أخرى .

وشيئاً فشيئاً ، اذ تذوب وتختفي حياته الوثنية ، يذوب معها ما يلزمها من الهموم والأعباء ، في تطهر شامل يبدأ بالتجرد عما لا يفيد . وسرعان ما يزول أيضاً ما فيه من البلادة والقسوة والجفاء ، ليخلى المكان للطف والرقّة وتهذب القلب والروح والحياة ، نتيجة لتهذب حالة وعيه ، لدرجة أنه ما كان ليتحمل ما في الأفراد من السوقية ، لو لم يكن قلبه المليء بالحب يسمح له بتحمل كل شيء .

هذا البعث الجديد الذي تغذيه كل يوم بضعة جهود يقوم بها الانسان وتصبح سهلة ميسورة شأنها شأن كل ما هو معتاد وطبيعي ، يصير بالنسبة للانسان ينبوعاً من ينابيع البهجة واليقين اللذين يتجليان في أدق تفاصيل حياته العادية . واذا يعى بهذه الهبة الرائعة ، هبة حرّيته ، لأنه يعرف الآن كيف يقدرها حق قدرها وكيف يحسن استخدامها ، فانه يتقدم في كل يوم من أيام حياته مرتقياً بنفسه بمحض ارادته واختياره ، ومستخدماً كل عناصر حياته الجديدة المنبعثة من عقليته الجديدة .

### ★★★

وبينما العالم يفتن في بناء مستقبل مشكوك في نجاحه ، بل ربما كان مآله الى الفشل والدمار ، نرى الانسان ذا

الوعى والاقتناع يعد هذا المستقبل فى داخل ذاته فى ثقة  
وايمان ، وفى الزمن الحاضر وهو الزمن الأبدى لله - فهو  
يعلم أنه بالنسبة لنفسه وبالنسبة للجميع ، لا يمكن للمستقبل  
أن يكون سعيدا مستقرا متينا الا اذا كان مرتكزا على قيم  
روحية وخلقية ، فى ادراك جديد للحياة ، وهى حياة غنية  
كاملة رائعة ، يذوق بواكيرها فى كل يوم من أيام حياته  
حتى تقرب الى الله فى صدق واخلاص .

## اللامبالاة وفقد الوعي

اللامبالاة هي أسوأ الصفات • فهي بداية لفقد الوعي وفاتحة للمعدم • واننا اذ نشاهد ما يتصف به البعض من عدم المبالاة بمعاناة الغير وبمشقاتهم ، لتحدثنا أنفسنا بأن نهزهم هذا انوثقتهم ونسرحهم من انفلاتهم على ذاتهم ونصالحهم مع الحياة ومع الله ومع أمثالهم من الناس •

ان ما يتصف به هؤلاء البعض من عدم المبالاة ليجعلهم موتى أحياء مقطوعى الصلة طواعية واختيارا عن الجماعة البشرية • أما أحلام اليقظة التى يلجأون اليها ، وهى وحدها التى يمكن أن تملأ فراغ وحدتهم ، فهى تحل عندهم محل الحياة الروحانية ، وتفسد حقيقة وجودهم البشرى ذاته •

ولكن لا ينبغي لنا أن ننخدع بهؤلاء الحالمين اللامبالين ، فهم فى أغلب الأحيان ماديون مفرقون فى المادية ، نفعيون انتهازيون متكبرون منطوون على أنفسهم يظنون أنهم أرقى من سائر البشر • وفيما يختص بالله ، فهم لا يعبدون الا الاله الذى صنعوه لأنفسهم من أشخاصهم ذاتها ومن حساباتهم فى البنوك •

لسنا بهذه الدرجة لحسن الحظ ، أو على الأقل لسنا كلنا كذلك ، وهذا من فضل الله الذى يحفظ قلوبنا يقظة متنبهة ويشرى حياتنا ويجمع شملنا فى ظل الجماعة الربانية الخالدة ، التى يعنى فيها أيضا بوجودنا البشرى •

ومع ذلك ، فان أولئك الذين لم يحدث لهم أن جاهدوا

ضد عيوبهم المعتادة انما يتصرفون تصرف غالبية الدنيويين ، فيقرأ على وجوههم عدم مبالاتهم بالغير \* اما روحانيتهم الظاهرية ، فهي قائمة على الأنانية ، حيث أنهم يبحثون قبل كل شيء عن سند يستندون اليه وعن شيء من الراحة الداخلية ومن الانفراج الذى لا يلزمهم بشيء غير أنهم وان كانوا لا يحسون بمعاناة الغير ، يحاولون عند أدنى صعوبة من الصعوبات الجسدية أو المعنوية ، أن يجذبوا اليهم اهتمام الوسط المحيط بهم وأن يستندوا شفقتهم ، أكثر من محاولتهم الحصول على محبته ، مع أن هذه المحبة ، التى قد يعيد دفؤها الحياة الى قلوبهم المتحجرة ، ربما دفعتهم الى المعاملة بالمثل ، لو أنهم قبلوا الخروج من سجنهم الداخلى والكف عن أن يكونوا قبورا مبيضة من الخارج أو طبولاً ينبعث منها الرنين وكثيرا جدا مالا ينبعث منها سوى اللغو والهديان \*

اذا نحن شئنا تقوية حياتنا الروحانية ، وبالتالي تقوية وجودنا البشرى ، تعين علينا الخروج من سباتنا \* ولا يزال هذا اليوم فى حيز الامكان \* أما غدا ، ففى وسط الصعوبات المتزايدة ، سوف يكون الوقت قد فات ، اذا نحن آيينا العودة الى صوابنا واستخدام الوسائل التى يعرضها علينا الله ، وهى وسائل سوف تجعلنا أفرادا منتصرين ، أى أفرادا أحياء يتمتعون بالحماية من الداخل ومن الخارج ، أفرادا سعداء بأن يعيشوا سويا مستقبلهم الصحيح ، فى وحدة الحب الالهى .



## الصعود من المنحدر

فى عالمنا الحاضر الذى بلغ مرحلة الانحلال والانحطاط ، ينزلق معظم الناس دون وعى منهم الى منحدر مادية سوقية تتفق مع طبيعتهم ومع عقليتهم . أما الباقون ، وهم الذين تقوم حياتهم الرصينة على شىء من الخلق يقيهم الوقوع فى ذلك المنزلق ، فانه ينظر اليهم كأناس تحيط بهم الشكوك والشبهات . وهذا من علامات زماننا الذى ما أشد تسبب البشر فيه . فقليل من الناس من يعرفون كيف يقدمون القدوة الصالحة لحياة يعيشونها فى ظل الوقار واحترام الذات واحترام الغير . فما أتعب هذا الزمان الذى يسمح للجميع بتجاوز حدود حقوقهم فى حرية الآداب ، التى لم ينتظروا الاذن بها ليحققوها لأنفسهم .

لقد صار الجنس حديث الساعة أكثر من أى وقت مضى ، وذلك من خلال دعاية صاخبة اتخذت مؤخرا شكل اعلانات تبدو فيها نساء بل أيضا رجال عراة مصحوبة بأرقام تليفوناتهم . كل ذلك تحت نظرات الفضول من جانب صغار نبيهوا الى هذه الأمور قبل أوانها .

هذه الدعوة الى الدعارة تثير ضيقا شديدا فى نفوس الشرفاء . بينما السلطات العامة تسمح بما كان يعد فيما مضى من الأعمال الفاضحة التى يعاقب عليها القانون .

واليوم أصبح الجميع يتنافسون فى ذكر تفاصيل مثيرة للفرائز اصطياذا للزبائن المتعطشين الى الأحاسيس

( والأحاسيس تحل أكثر فأكثر محل المشاعر ) \* ثم انه يجب ان يقال ان شراء الدماء وبيعها أصبحت تجارة رائجة تدر الربح الكثير .

وبوجه عام يرى البعض فى هذه التصرفات أموراً عادية للغاية ، اذ يقال انها تلبى احتياجات تخيلات الناس ، ممن لم يعودوا يجدون فى متناولهم من أجل علاجها بيوتاً كان يسمح بها القانون وتنكرها أخلاق هجرت منذ زمان بعيد .

ويقول الماديون المقتنعون بماديتهم : « ان الأمور كانت ولا تزال تسير دائماً على هذا المنوال ، وان الناس ينبغي لهم أن يرفهوا عن أنفسهم نسياناً لهمومهم » \* ولا شك فى أن لديهم هموماً ، غير أن نسيان الهموم لا يكون بالاغراق فى الفجور وفى الشهوات .

واذا كانت الأمور فيما مضى تسير على ذلك المنوال ، الا أن الناس كانوا اذ ذاك لا يزالون يتحلون بفضائل الفروسية التى اندثرت باندثار عهدهم ، ومن هذه الفضائل الحياء والحشمة ، ليس فقط حفظاً لماء الوجه من باب النفاق ، بل أيضاً لتجنب صدم شعور أحد من الناس \* . واذا كانت قد عرفت عنهم عاداتهم الاباحية ، الا أن مرأى فجورهم لم يكن على الأقل ظاهراً للعيان ، وكان الشرف الرفيع سليماً من الأذى بشكل من الأشكال ، سواء أكان ذلك فى الفن أم فى أسلوب التصرف .

واذا كان من غير المرغوب فيه العودة الى قواعد صارمة فى الآداب والسلوك قد تؤدى بالناس الى ألوان ضارة من الكبت لا تنتظر الا الفرصة للانطلاق بصورة طاغية مدمرة ، الا أن من الأمور الملحة أن يعود الجميع الى الشعور بالكرامة والشرف الانسانيين \* وفى نفس الوقت الى معايير أخرى للسعادة والحرية فهم غالباً جداً ما يستعملون هذه الحرية ضد أنفسهم فتقودهم الى عبودية أشد وأقسى ، هى عبوديتهم

للحواس والشهوات ولكل ألوان الافراط ومختلف صنوف  
سوء التصرف وشتى أنواع الرذائل ، من خمور الى مخدرات  
الى عادات منافية للطبيعة ، تصد البشرية عن كل تقدم روحى  
 واجتماعى .

هذا ولو أن الانسان تكلف مشقة التفكير فى النتائج  
الخطيرة التى تترتب على مسلكه ، وقبل اصلاح نفسه  
والارتقاء بها وتلبية مطالب روحه - هذه الروح التى لن  
يبقى شىء سواها فى يوم من الأيام - لو فعل الانسان ذلك  
لأحس بالشجاعة تدب الى قلبه ، ولشعر بالتححرر من خلال  
هذا الجهد ذاته . فان الانسان وحده هو الذى بيده أن يقطع  
علاقته بماض لم يكن يقيم فيه وزنا الا للجنس وللمال .  
فيكون مسلكه الجديد قدوة يقتدى بها الوسط العائلى والمهنى  
المحيط به ، كما يقتدى بها أمثاله ممن كانوا على شاكلته  
(وهذا أيضا هو الاصلاح الذاتى من أجل الاصلاح الجماعى) .  
وهكذا يسلك الجميع فى الطريق القويم ، ريثما يعودون الى  
طريق الله ويجدون فيه السعادة والهناء ، بفضل مثالية  
جديدة يكتسبونها يوما بعد يوم .

## الاحساس الخفى بالسخط وعدم الرضا

فى كل درجة من درجات السلم الاجتماعى ، يقاسى انسان اليوم من احساس خفى بعدم الرضا ، يعجز عن الكشف عن أسبابه ودواعيه . ولو أنه تكلف مشقة النزول الى أعماق نفسه ، فلربما تحقق لديه أن ما يحس به من الضيق إنما هو راجع ، ليس فقط الى الظروف الخارجية المتعلقة بالوجود فى عصرنا الحاضر ، بل قبل كل شئ الى انطوائه على ذاته انطواء يعطل حركته ويعزله عن بقية الناس ويجعل منه انسانا حزيننا سلبيا سريع الغضب ، بل أحيانا انسانا شريرا مؤذيا لغيره من الناس .

وعلى أثر هذا الاكتشاف ، سوف يدرك أنه ان أراد التغلب على هذه الحالة عليه أن يعتاد أفكارا ايجابية بناءة تسمو به الى ما فوق مناطق الانهيار والاكتئاب وينتهى بها الأمر الى ازالتها ومحوها .

ولو ثابر على القيام بهذا الجهد الذى يخلصه تدريجيا من ضيقه بالحياة فان الاجابة على أدق تساؤلاته سوف تعطى له مباشرة عن طريق حاسته السادسة ومن خلال ضميره الذى يكون قد استيقظ ، وفى بعض الأحيان عن طريق انسان آخر تحرر من هذه الحالة النفسية عينها ، فيساعده هذا الانسان بقدرته وبنصائحه على الخروج من سجن انطوائه على ذاته ، فيدرك أن المزلاج إنما هو فى داخل نفسه ، وأن بيده هو وحده أن يخرج من سجنه وأن يشرع فى مسيرة جديدة .

واذ يستمد القوة من هذا الاكتشاف ، والشجاعة من نتائج جهوده الأولى ، تزول شكوكه ومخاوفه وتتبدد يوما بعد يوم ، ويشعر بأنه قد انتقل الى منطقة روحانية يستقى منها قوى جديدة تقوى عزيمته وترد اليه ايمانه الذى يكون قد فقده منذ زمان طويل فى مادية العالم .

وفى أثناء هذه الفترة من حياته ، وهى فترة حاسمة بالنسبة له ، سوف يؤتى الاحساس بخلود الحياة وبانتصار النور على ظلماته الذاتية ، وبوجود الله ، فيشعر بتجاوبه معه من جديد وليس الله هو اله السحرة وعبداء الأوثان المتحجر فى النصوص الحرفية واللفظية وفى الصور والأشكال ، بل الخالق الذى جاء منه الانسان وجاءت الخليقة وجاء الناس أجمعون ، الله الذى يهب معرفته لمن يؤمن به ولمن يقلع عن آخر مقاوماته من أجله تعالى .

وان حدث له فى مبدأ الأمر أن عاد الى الوقوع فى أخطائه الماضية مرة أخرى ، فانه ينهض سريعا خشية أن تطبق عليه مشاعر ضيق وقلق ماضية ، ناجمة عن عدم اخلاصه ، حيث أنه يعلم الآن أن الاخلاص هو الشرط الأساسى لاستعادته للبهجة والسلام .

وهو يعلم أيضا أنه ان أراد الاحتفاظ بما أوتى من الميزات الجديدة تعين عليه أن يصبح أهلا لها ، وأن يراقب نفسه ويصلحها وينتصر عليها ويتفوق عليها يوما بعد يوم ، وأن يعنى بحياته الروحانية . وسرعان ما سوف يقوم بما يقوم به كل من خاضوا نفس هذه المعركة ، ممن لا يسعهم الاكتفاء بروحانية عقلية مجردة ، فيشرع شروعا نهائيا فى ممارسة التعاليم الالهية ، هذه التعاليم التى تكون قد أنقذت حياته ، بل ربما قواه العقلية أيضا .

تلك هى قصة الغالبية العظمى منا . اذ ندر من جاءوا الى الله من تلقاء أنفسهم حبا فيه واحتياجا الى الطهر والنقاء والكمال ، وبغرض واحد هو الارتقاء بأنفسهم وأن يكونوا

أهلا للانتماء اليه تعالى • فقد لزم لعظمتنا المرور بمختلف  
المحن والتجارب وفقد الآمال ، قبل أن يدركوا أن الله وحده  
هو القدير على تحقيق ما للانسان من أسمى الميول ، متى  
اتجه اليه الانسان بعزم صادق ، مؤمنا برحمته وبعدله  
وبمحبتة •

## الأفكار تفرق الناس

### ولا يقرب بينهم الا المشاعر وحدها

لقد حانت اللحظة لكافة المؤمنين على وجه الأرض لكي يزيلوا الغشاوة عن أعينهم ويخلعوا أقنعتهم ويتجردوا من بطاقتهم التي تفصلهم عن غيرهم من الناس وتسيء الى وحدتهم الأساسية . وعليهم أن يختاروا أما الطرق التقليدية لعالم سقط في فوضى انحلاله وانحطاطه ، وأما طرق الله التي لم يسبق لهم قط أن قاموا بتجربتها واختبارها ، لعدم استنارتهم وتهذيبهم وتدريبهم على أيدي من اكتفوا بوعظهم لاستمالتهم الى جانبهم بالكيفية التي سبق لهم هم أنفسهم أن وعظوا بها ، وبالتالي عجزوا كل العجز عن بعث الايمان والتواضع والحماس الروحي في قلوبهم ، مما كان يمكن أن يؤدي بهم الى حالة جديدة من حالات الوعي عن طريق الحب النقي المجاني غير المشروط بأية شروط ، والذي يكون قد أصبح هو القانون التلقائي لقلوبهم .

ان بلوغ هذه الحالة من الوعي لا يمكن أن يتاح للانسان الا بصراع متواصل يقوم به طواعية واختيارا ضد رذائله وعيوبه . اذ أن تلك الحالة من الوعي لا يمكن أن تحققها له روحانية ذهنية مجردة أو كتابية . حيث أن المطلوب هو قيام الانسان بجهد داخلي شخصي متواصل يمتد الى الخارج وتدفعه اليه الحاجة الى أن ينزع من ذاته كل ما يعترض طريقه نحو التفوق اليومي على النفس .

ان وحدة الكنائس التي كثر الحديث حولها لن تحل المشكلة . اذ لن يزيل الحواجز العقائدية الا الوحدة بين

جميع الناس بعد أن يسوى بينهم ذلك الحب نفسه . وإذا كانت الديانات جميعها تأمر بالخير ، إلا أنها سوف تظل دائما منقسمة فيما بينها نتيجة لتقيدها بالشكل . كما سوف تظل منقسمة نتيجة لتصوراتها الشخصية عن رجوع الانسان الى الله رجوعا لا يتم الا بوساطتها .

ومع ذلك فان بعض هذه الديانات وقد أحست بما هو فيها من النقص والاختفاق ، قد بدأت تأمر أتباعها باصلاح عقلياتهم وبالحب أيضا بطبيعة الحال ، ولكن دون أن تقدم لهم وسائل تحقيق هذا البرنامج . وهى وسائل لا يمكن أن توجد فى ممارسات خارجية لم تغير شيئا من أساس الطبيعة البشرية . الدليل على هذا أنه منذ ألفى عام من قيام المسيحية والناس لا يزالون يزدادون مادية وأنايية وتكبيرا وكذبا ونفاقا ولصوصية وفسادا أكثر فأكثر ، ولم يفعلوا شيئا قط من أجل النهوض من بين أنقاضهم . أما الله فهو بالنسبة لهم بعيد المنال يفضلون ألا يستطيعوا الوصول اليه ، اذ لو كان قريبا منهم لأفسد خطط تراكيبهم الشخصية ولأضاع عليهم ملذات الحيوان البشرى . هذا بينما الجوهريون الصادقون ذوو القلوب المنشرة الجياشة بالمشاعر الكريمة يجدون جوهر كيانهم شيئا فشيئا فى جوهر الخالق ، ويحسون بوحدتهم معه مروراً بباقي الناس أجمعين .

هذا ولو أن المؤسسات السياسية والدينية كانت قد انضمت منذ قرون طويلة الى الجوهرية كما يتعلمها الجوهريون ويعيشونها اليوم ، لكان سائر البشر قد استفادوا من هذه الفرصة المتاحة لهم من أجل الصعود من المنحدر الذى انزلقوا اليه ومن أجل اصلاح أنفسهم حتى يغيروا عقلية العالم ويعيشوا فى وئام تام مع أقرانهم البشر ، فى نفس التيار الواحد من الأفكار والمشاعر التى يعبر عنها بنفس



اللغة الواحدة ، وهى لغة تستبعد منها نهائيا ألفاظ الحقد  
والحرب والانتقام والتعصب والعنصرية والعنف . وهذه  
ألفاظ قوم ترمى قسوتهم المتكبرة الى اخضاع الأفراد  
والشعوب لهم ، مع أن شيئاً قليلاً من الطيبة القائمة على  
الادراك السليم والصبر والتسامح وحسن التفهم لهو كفيـل  
بأن يأخذ بيدهم الى خير الأمور ، ليس عن طريق القوة ، بل  
عن طريق القدوة والحكمة والحب .

## لماذا كل هؤلاء الوسطاء بين الله والناس ؟

لماذا كل هؤلاء الوسطاء بين الله والناس ؟ أقلوب الناس وضمايرهم عاجزة الى هذه الدرجة عن هدايتهم الى الله متى أحسوا بالحاجة الى تلبية ندائه والتقرب الى كماله ، والحياة فى حالة من الطهر والنقاء تهيب لهم علاقات حميمة متواصلة مع الله ؟ وأليس أنبياء الله وهم الأحياء الحاضرين أكثر من أى وقت مضى هم الوسطاء الوحيدون الصالحون ؟ ومن أجل اتباعهم ليس من الضرورى للناس أن ينزلوا عن العالم ، بل أن ينزعوا عن أنفسهم الروح الدنيوية وأن يصارعوا كل ما يفصلهم عن الله وعن أقرانهم البشر : الكبرياء والكذب والتفاق والخيرة والحسد ، وهى نقائص تتعارض مع مسيرتهم الروحية وتجمدهم فى المادية والحسية اللتين لا يمكن لهما ادراك أمور الروح .

وفى ساعة الاختيار يجب أن يكون الانسان يقظا متنبها لئلا يقع فى فخاخ الروحانيات الذهنية المبهمة التى غالباً ما تكلفه الكثير من الناحية المادية ، ولا تغير شيئاً من عقليته ، بل تحيد به عن الهدف المنشود . فان كان صادقاً فى سعيه نحو ما هو ربانى ، فلسوف يرشده معلمه الى الجماعة الصغيرة ، جماعة تلاميذه المخلصين ، ممن يجاهدون منذ وقت طويل للانتقال من نظرية تعاليمه الى تطبيقها وممارستها ، فيكونون بالنسبة له مدربين تجردوا عن كل الادعاءات ، وأولها الادعاء بأنهم ينصبون من أنفسهم مرشدين للضمائر يتحتم على

الناس المرور عن طريقهم من أجل الاتجاه نحو الله وأن يكونوا أهلا للحصول على الخلاص .

فان من يرغبون فى الرجوع الى المنبع لهم فى حاجة الى أفراد أقوياء يدرّبونهم على ذلك بمحبّتهم وبمعدونهم ، دون لجوء الى كلمات لا نفع منها ولا فائدة . هذا بينما فى نظر معظم الأفراد الذين استميلوا الى الروحانيات الزائفة وتمت السيطرة عليهم وبعث روح التعصب فى نفوسهم ، ليس الله فى معظم الأوقات الا صنما شأنه شأن التمثال المصنوع من الحجر والذى لا حول له ولا قوة ، أو رسما صامتا تجاهد مهارة الوسطاء وخيالهم وحدهما فى تحريكه أمام أنظارهم حتى ولو لم يكن الباعث على ذلك الا مجرد أن يبعث الوسطاء فى نفوسهم انخوف والرعب من اله قاس جبار ، بدلا من أن يشعروهم بمحبّته من خلال قلوبهم ويعرضوا أمامهم النتائج المنطقية التى تترتب على مخالفتهم لقوانينه . فهذا هو الأسلوب الذى يمكن أن توجد به فى نفس كل واحد منهم حالة جديدة من الوعى يوضع الله فيها فى مكانه الصحيح . ويوضع المخلوق أمام خالقه ، فى وفاق تام ونهائى مع روح الله ، وهو وفاق لا يستطيع الانسان بدونه أن يغذى روحه أو أن يجد لحياته معناها أو الطريق الموصل اليها .

كيف يتاح لوسطاء مهما تكن مواهبهم أن تكون لهم كلمة فى مثل هذا التبادل الحميم ؟ ان محض وجودهم بل محض كلامهم قد يخلق الحوار بين الله والناس ، وهذا الحوار لا مجال فيه للنصوص الحرفية واللفظية .

ومع ذلك ، فان هؤلاء الوسطاء الذين يحاولون الاحتفاظ بالقابهم وبسلطاتهم كما يفعل الموظفون فى الدنيا ، من المتاح لهم هم أيضا أن يتعمقوا فهم التعاليم الكتابية التى يلقنونها لغيرهم من الناس ، وأن يعيشوا هذه التعاليم لحسابهم الخاص . واذا ما تجردوا عن ادعائهم وعن ثياب التنكر التى يرتدونها : أتيح لهم هم أيضا أن يسيروا صامتين مع باقى الناس فى الطريق الضيق : الطريق الوحيد المؤدى الى الله .

## عقلية جديدة من أجل مجتمع جديد

يدور الحديث فى بعض الأوساط السياسية منذ وقت ما، عن تغيير العقلیات وعن بناء مجتمع جديد • وبذلك نرى أن ذوى النیات السليمة الطيبة يلتقون معا فى رغبة واحدة هى الرغبة فى تحسين أحوال البشرية •

ومن أجل الوصول الى تحقيق هذا المشروع الرائع ، تقوم المدرسة الجوهرية منذ عام ١٩٥١ بقيادة أعضائها فرديا وجماعيا نحو اصلاح جوهر طبيعتهم ، وهو الوسيلة الوحيدة لتغيير عقليتهم تدريجيا من حال الى حال أخرى • ويمكن مشاهدة نتائج هذا العمل الداخلى فى سائر المجالات : فى حياة الزوجين وفى وسط الأسرة وفى المجال المهنى •

أما عن المجتمع الجديد ، فان الانسان يحمله فى داخل نفسه • ففى داخل الانسان يجب أن يظهر الى الوجود هذا المجتمع الجديد ، بانتزاع كل ما ساعد عن طريق الانسان على تكوين المجتمع القديم • وهذا الأسلوب المنطقى يمكن أن يتغلغل بسهولة فى وعى المواطنين وأن يعمل به سريعا لو أننا عنيينا بأن نشرح لهم كيف يتم هذا التغيير فى العقلیات الذى يدعون اليه دون أن توضح لهم طريقته ولا كيفية الشروع فيه •

فلربما خيل اليهم نتيجة لانتص وسائل الاعلام أن الموضوع يقتصر ببساطة على مجرد اتجاه فكرى جديد يملى عليهم خيارات جديدة • وهذا بالاجمال أمر يسهل التوصل

اليه عن طريق صحافة يتم التحكم فيها بمهارة فتعرف كيف تؤثر فى الأفراد وفى الجماهير وكيف تغرس فى نفوسهم آراء الأغلبية الحاكمة ومفاهيمها . فقد طالما عهدنا هذا النوع من الضغوط فى المجالين السياسى والدينى .

ليس هذا هو المطلوب . فان تغيير العقليات تغييرا يؤدي الى تعديل فى بنى المجتمع وفى الجو السائد فيه ، هو شىء مختلف عن ذلك كل الاختلاف . فهو يتطلب أولا وقبل كل شىء بالنسبة لكل فرد من الأفراد أن يقر بضرورة اصلاحه لنفسه مما هو فيها من الرذائل والعيوب ، بغية الوصول الى تعديل طباعه ، الأمر الذى يؤدي فى مدى قصير وتبعاً لجهوده الشخصية لأن يبعث فى نفسه أفكارا ومشاعر جديدة تتألف منها قاعدة لعقلية جديدة . وهذه العقلية الجديدة تقوى يوما بعد يوم بفضل اخلاص الانسان لمبادئ نظام أزلى أخلاقى فى الحياة لا يقوم باعادة اعطائها اليه أناس غيره ، وانما يقوم بتذكيره بها صوت ضميره الشخصى .

ومتى تبنى الناس جميعهم هذا الأسلوب الجديد فى الحياة نشأت من ذلك تسوية اجتماعية طبيعية فيما بينهم عن طريق أسس جانب من نفوسهم ، الأمر الذى يؤدي الى منع المعارك بين الأحزاب وانتهاء الحملات المسمومة والمجادلات التى لا آخر لها والتى توجد البلبلة والفرقة بين صفوف الناس وتسبب الى الاستقرار الأدبى والاقتصادى والثقافى للبلد الذى تنشأ فيه .

واذا كان الحال لا يزال مع الأسف يسير على هذا المنوال فى مجتمعنا الذى يدعى أنه مجتمع متحضر ، والذى لم يعد يوجد فيه مكان لمحبة الانسان لغيره من الناس ولا لاحترامه لهم ، فان من تسببوا فى ذلك هم من اعتادوا المجادلة بلا نهاية الذين من فرط ثقتهم بأنفسهم يصرون على البقاء فى مواقفهم الأنانية لكى يفرضوا أنفسهم على غيرهم ولكى يشبعوا نزعة الزهو والخيلاء الموجودة فى نفوسهم أكثر بكثير

من اشباعهم لمطامعهم المادية • ولا يقبلون بأية حال من الأحوال أن يغيروا من عقليتهم ليكونوا قدوة حسنة ولكي يفوا بوعودهم •

أما كل ما يمكن قوله أو فعله في اتجاه آخر غير هذا الاتجاه ، فلن يؤدي الى أى علاج لأحوال العالم • وطالما أن الانسان يبحث عن هذا العلاج خارج اصلاحه الشخصي لنفسه ، فان العالم لن يكون الا صورة للحالة الداخلية للانسان •

أما عن الجوهرين الصادقين ( وليس المكتفين بالظهور دون اصلاحهم لأنفسهم ) فهم يجاهدون في ممارسة هذه الحقيقة وتطبيقها ، فهي وحدها التي يمكن أن تنقذ العالم • فهم يعلمون أن المعرفة التي لا يتبعها العمل لن تؤدي الا الى حشو أذهانهم واكتظاظها دون أن تغير شيئا من عقلياتهم •

وهم الآن سائرون فعلا في الطريق نحو هذه النهضة العالمية التي سوف تؤدي في نهاية المطاف الى احترام القوانين والأخلاق والمبادئ الكونية والى الحياة بمقتضاها ، ليس فقط بدافع من الميل اليها ووقوع الاختيار عليها ، بل أيضا نزولا على حكم الضرورة •

## بماذا تقاس القوة والحماية اللتان يتمتع بهما أى بلد من البلدان ؟

ان القوة والحماية اللتين يتمتع بهما أى بلد من البلدان لا تقاسان بعدد أسلحته أو محطاته النووية : وقد شوهد ذلك فى أوكرانيا حيث وقعت حوادث ذرية خطيرة أصابت عددا كبيرا من الضحايا فى البلد نفسه وفى البلدان المحيطة به .  
متى أدت الكراهية والخوف وانعدام الثقة نتيجة للعقائد والأيدولوجيات المتعارضة ، الى اقتتال الناس فيما بينهم بدلا من أن يعملوا سويا من أجل رفاهية العالم ، فان مايقومون ببنائه بقصد الهدم والتدمير انما ينقلب فيصبح ضدهم فى نهاية الأمر -

فان أراد الناس أن يدفعوا عنهم غائلة هذا السيل الجارف من الجنون المميت الذى يطفى على العالم فى هذه الآونة ، تعين عليهم أن يصوغوا لأنفسهم عقلية جديدة وأن يكتسبوا نظرة أخرى فيما يختص بعلاقاتهم بأمثالهم البشر وبواجباتهم نحوهم - فيرون عندئذ - لأنهم سوف يكونون شهودا على ذلك - أن قوة البلد من البلدان انما تقاس قبل كل شئ بما للمواطنين وما لقاداتهم من الصفات الخلقية ، وأن هذه الصفات الخلقية هى التى تصنع أيضا عظمة هذا البلد -

ان الوسيلة الوحيدة التى يمكن بها للعالم أن يجد الوحدة التى يبدو اليوم أنه يبحث عنها فى وسط المحن

والتجارب وانعدام الأمن والأمان ، انما هي قيام الفرد باصلاح نفسه بمحض ارادته واختباره . فعندئذ سوف تتجلى هذه الوحدة فى مجتمع رشيد سليم مستقر يتحقق وجوده بفضل جهود كل فرد من الأفراد وبفضل جهود الجميع .

هذا ولو أن القوتين العظيمين العالميتين أدركتا المعنى العميق لهذه الحقيقة والضرورة الملحة لتطبيقهما لها من أجل تعليمها للجماهير ، لاتجهتا بالاتفاق مع باقى الأمم نحو نزع عام للسلاح ، وهو أمر لا غنى عنه من أجل سلام العالم ، دون أن تكون هناك حاجة الى الاعداد للحرب من أجل الوصول الى السلام - فيكفل ذلك تحقيق وفاق قلبى نهائى بين الشعوب .

وبحلول السلام فى أرواح الناس وفى ضمائرهم وقلوبهم وبلادهم ، لن يسعهم السلوك كمتوحشين . كما أن تجمع كل النيات السليمة الطيبة فى روح من المصالحة والاخوة الحقيقية سوف يزيل كل أسباب الخلاف والشقاق والمنازعات .

غير أن مما يؤسف له أن من هم فى كراسى الحكم - فيما عدا الاستثناءات القليلة التى نعرفها - انما يرفضون الاعتراف بهذه الحقيقة الواضحة ، ويؤثرون أن يتجاهلوا أعماق الكبرياء والأنانية والنفاق والجشع الموجودة فى الطباع وفى العقلات المسئولة عن كل ما فى العالم من الويلات . ونظرا لبقائهم أسرى لقيود اجتماعية ولصورة متميزة لا يريدون التخلّى عنها بأية حال من الأحوال ، فانهم يظلون متسمرين فى جمود روحى يعوق تطورهم وتطور العالم .

ومع ذلك ، وعلى الرغم من أن تحقيق البرنامج الجوهري قد يبدو أمرا بعيد المنال بالنسبة للموقف الحاضر ، الا أن هناك أقلية لا علاقة لها بالسياسة تقترب من تحقيق هذا البرنامج يوما بعد يوم . ونظرا لادراكها للوسيلة النهائية



لاصلاح العالم عن طريق اصلاح الفرد ، فلسوف تصبح لها  
الغلبة فى نهاية الأمر ، بفضل حكمة مبادئها واخلاص  
جهودها ، حيث أنها تعمل بكل قلوبها وبكل قواها من أجل  
الارتقاء بالعالم خلقيا وروحيا ، مدفوعة بحبها للبشرية كلها  
ورغبتها فى اسعادها .

## رسالة موجهة الى الرؤساء الثوريين لدول أمريكا الجنوبية وأمريكا الوسطى

انى أعلم أنكم تودون الخير للانسانية • لهذا أتوجه  
برسالتى هذه الى قلبكم •

انى أنا أيضا أحب الانسانية • غير أنى من أجل  
مساعدها واثبات محبتى لها ، قد اخترت ثوزة أخرى  
واستخدمتها ، وهى الثورة التى مؤداها استئصال الشر  
المختبىء فى أعماق الطبائع البشرية ، وافهام الناس أنه  
يجب البدء بذلك •

لكى نصلح من شأن العالم ، يجب اصلاح الفرد والتنديد  
بما يحمله كل انسان فى نفسه من أنانية وكبرياء وكذب  
ونفاق وغيرة ، وهى الأشياء التى تجعله يعادى غيره من  
الناس ، لا سيما من لا يفكرون كما يفكر هو •

وهذه الثورة الداخلية التى يدرب عليها أعضاء مدرستنا ،  
تجمع بين الناس عن طريق أعماق قلوبهم فى مثل أعلى  
واحد يقوم على السلام والحب الكونيين • وهى تؤدى حتما  
الى منع الثورات الدامية التى وان تكن تغير من نظام الأمور  
ومن خارجها تغييرا ظاهريا وقتيا ، الا أنها لن تعدى بالناس  
الى المودة الى القتل والبسواب ، حيث أنها لمقدم تذييرها  
للمقلديات لن تمنعهم من أن يسلكوا مسلك الطيور الجارحة •  
فان مرأى الدماء يثير دائما فى البشر غرائزهم السفلى نظرا

لأنهم لا يزالون باقين فى وحشيتهم وان تفاوتت درجة هذه الوحشية .

من ذلك ترون يا سيدى الرئيس أننا لا نستخدم الوسائل المعتادة فى الدنيا من أجل الوصول الى الهدف الذى ينشده الجميع ، وهو العدالة والمساواة الاجتماعيتان والاخوة ، اذ أن هذه الأمور لا يمكن تحقيقها الا بتقويم انحرافات الطبيعة البشرية تقويما يمارسه الانسان بمحض ارادته واختياره .

اذن فان ما يحصل عليه البعض عن طريق القوة ، قد بدأنا نحن نحصل عليه — على مستوى الأسرة وعلى المستوى المهني — عن طريق حب الانسان لغيره من الناس حبا من غير مقابل . وهو حب أقوى من الحقد ومن التعصب ومن العنف ، وهى أمور وان تكن تهيج المشاعر ، الا أنها لا تحل المشاكل الأساسية للبشر وللمجتمع ، وتعجز عن أن تساندتهم وتخفف عنهم ضيقهم بالحياة ، حيث أن السبب هو فى العقليات .

فان لم تتحسن العقليات ، فلربما اتجه الناس الى تيارات فكرية جديدة تخالف التيارات السابقة ، الا أنهم نظرا لضعفهم وتقلبهم ، سوف يسمحون لغيرهم من الناس بأن يقودوهم الى ثورات دموية جديدة تنهك قوى البشر وتهلك الشعوب ، ولا يستفيد منها الا صناع الأسلحة المميته وتجارها وحدهم .

ان الناس جميعا سواء أكانوا ينتمون الى اليسار أم الى اليمين ، وسواء أكانوا يعملون بأيديهم أم يعقولهم ، فيهم نفس العيوب الواحدة ويمارسونها جميعهم . وهى مصدر كل ألوان الشقاء البشرى ، حيث أن الناس هم الذين هن طريق عقلياتهم قد صاغوا عقلية العالم ، وها هو العالم فى نهاية الأمر ينقلب عليهم ويصبح ضدهم .

لا يمكن لأية أيديولوجية من الأيديولوجيات أن تكون

أيديولوجية صالحة الا ان كانت تريد الخير للجميع • ولا يمكن أن تقيم الدليل على صحتها الا عن طريق التغير التدريجي الذي يطرأ على من يمارسها ويطبقها على ذاته • وهذه الأيديولوجية الصالحة لا يمكن أن تعالج الشر بالشر ، ولا الظلم بظلم آخر ، أو أن تسعد البعض بأشقائها للبعض الآخر • والا كان ذلك نشرا للخطأ • وهي تنمو نموا متناسقا في قلب الانسان وتحدو به الى تقبل الفروق والاختلافات لكي يجعل منها أسبابا للتكامل ، لعلمه بأن ما يحس به من الضيق الداخلي انما هو على الأخص نتيجة لحالته الشخصية وليس بسبب الغير •

وهذه الثورة الداخلية تمكن الجميع من الرضا بما قدر لهم ، كما تمكنهم من تجنب الأخطاء وسوء التصرف والمجادلات الضارة العقيمة ، وتمنع المجابهات فيما بين الطبقات الاجتماعية وفيما بين الأحزاب ، حيث أن الجميع يتحدون في الحب وفي احترام الغير وفي الطيبة ، مما يؤدي بهم بصورة طبيعية الى تقاسمهم ما لديهم والى عدالة توزيع موارد الأرض •

ان الفرد من الناس متى أحب الخير لغيره ، لا يجرى وراء مصالح شخصية ولا وراء ارضاء غروره وكبريائه • فيحس غيره من الناس بصدقه واخلاصه ، وينقادون بسهولة في الطريق الوحيد الصحيح ، الطريق المؤدى بهم بصورة دائمة الى ما يصبو اليه الجميع من السلام والحرية والفرحة بالحياة • وقد تكون تلك هي رسالتكم يا سيدي الرئيس ، لو انكم اتخذتم شعارنا شعارا لكم ، وهو « أصلح نفسك يتغير العالم » •

مع كل حبي الأخوي لكم ولشعب بلادكم •

## الحساب الختامي لحياة الانسان

ان كنا قد تجاوزنا سن العشرين أو سن الثلاثين أو الأربعين أو الخمسين ، فلقد آن لنا أن نعد الحساب الختامي لحياتنا الأرضية ، مما قد يحدو بنا الى بعض التأملات . فان كنا صادقين فلسوف نعترف بأن السنوات التي عشناها قبل دخولنا في طرق الله انما هي سنوات لا نفع منها ولا فائدة لنا . حيث أن الانسان ان أراد التقدم في طرق الله ، فمن الخير له ألا يجبر من ورائه الأغصان الميتة المنتمية الى ماضى انقضى زمانه . فلا أهمية الا للسنوات التي عكفنا في خلالها بصفة جدية على اصلاح طباعنا وتجديد كياننا في الحاضر الأبدى الذى لا انتقضاء له ولا نهاية ، وهو حاضر الله الذى لا يعتد فيه بتاريخ الميلاد .

لو لم يكن الله قد أنار أذهاننا من داخل ضمائرنا وأعاننا على النهوض من سباتنا وعلى عدم العودة الى الوقوع فيها ، فماذا كنا سنصبح الآن ؟ اننا كنا مثل أهل الدنيا سوف نستمر نبحث عن الملذات الأنازية المادية والجسدية ، ونغذى أجسادنا وأرواحنا من منبع نفس الأخطاء ذاتها ونفس الأخطار بعينها .

ربما كنا لا زلنا باقين الى الآن على قيد الحياة ، ولكن بأية حال من حالات الصحة الجسدية ، وقد بايت أجسامنا بتأثير تغذية خير سليمة كانت تتفق مع أذواقنا المنحرفة واستهلكت أعصابنا بتأثير الانقباضات الناتجة من الفوضى

الداخلية ومن الحسية ، وكذلك مما يغلب على عصرنا الحاضر  
من حدة الانفعال ومن المادية والعنف •

انه ليس هو المال ولا الشعور بالأمن المستند الى مركز  
مالى متين ولا جراحة التجميل أو مستحضراته هى التى تمكننا  
من الصعود من منحدر انحطاطاتنا البشرية حيث أن كل شيء  
من الأشياء يخضع لقانون معين • كما أننا نجنى دائما  
ما زرعناه • وكل الأشياء هى مرتبطة بعضها ببعض الآخر  
فى تسلسل طبيعى سواء فى العالم المرئى أم فى العالم غير  
المرئى • هذا الى أننا نحرك بأنفسنا قوى ايجابية تعمل  
لصالحنا متى خضعنا لقوانين الله ومتى عشنا طبقا للقواعد  
التى يعرضها علينا الله •

لا يتوقف اذن الا علينا وحدنا أن نولد من جديد للحياة  
وأن نستعيد ما فقدناه من الصحة والعافية اللتين تركنا  
الآخر يتغذى عليهما • فان الآخر هو الذى ينفث فينا دائما  
من روحه المتكبرة ، روح الانفراد بالذات حتى يجعلنا ممائلين  
له ويبعدنا عن الله •

لا يتوقف الا علينا وحدنا أن نتحرر تدريجيا من تلك  
الازدواجية التى تفقدنا الاتزان ، وأن ننتزع من أعماقنا  
جذور الشر وأصول الموت التى هى السبب فى معاناتنا  
ومخاوفنا ، وذلك اذا أردنا أن نذوق طعم سلام القلب  
والفرحة بالحياة •

ما أسعد الشباب الذين أدركوا ذلك ويعملون على  
تحتقيقه ، فلسوف يكونون هم القاعدة التى يقوم عليها جنس  
بشرى سليم فى كل ناحية من نواحي الحياة • ويفضل ما فى  
قلوبهم من الحب وما فيهم من القدوة الصالحة سوف يدرّبون  
فى نفس هذا النظام من أنظمة الحياة وفى نفس هذه  
الممارسة للخير الأفراد البائسين والمرضى الضائمين فى الروح  
الدنيوية والذين خابت آمالهم فى المؤسسات البشرية وفيمن  
يديرونها •

ومتى اجتزنا مرحلة التجرد بمحض ارادتنا واختيارنا  
من الأنانية والكبرياء والكذب والنفاق ومن كل ما يفصلنا  
عن الله وعن أمثالنا البشر ، ومن كل ما يسبب انقسام ما فى  
كياننا من الخلايا الحية ومن خلايا المخ الى أن تحين مرحلة  
فنائها الختامى فى مرض ما من أمراض العصر ، فلسوف  
نحس بالوعى بهويتنا الروحية وبوحدتنا وبخلودنا  
الروحيين •

ولسوف ندرك عندئذ أننا لسنا فقط أجسادا فانية  
فحسب ، بل أننا أرواح خالدة لأنها آتية من روح الله –  
أرواح تبعث الحياة فى أجسادنا متى عشنا فى الله ومتى  
استخدمنا أرواحنا الاستخدام الصحيح ، ليس كما كنا نفعل  
من قبل بقصد الحفاظ على الذات الأنانية والقضاء على  
أنفسنا ، بل من أجل تقوية أنفسنا وإعادة بنائها بفضل  
الحياة والحب الصادرين من الله واللذين سوف يسريان فىنا  
سريانا حرا طليقا ويعلان فى حياتنا ذاتها ، حتى وان كنا  
لم نعد باقين فى سن العشرين ولا فى الثلاثين أو الأربعين أو  
الخمسين •

## الحق وكيف نحياه

ان الصدق والاخلاص اللذين نتعرض بهما لموضوع الحياة الجوهرية ، يتضمنان فهم هذه الحياة وادراكها وارتياحنا اليها والسهولة التي بها نمارس هذه الحياة وندخل فيها حياتنا البشرية العادية التي تتخذ بذلك طابعا جديدا بالنسبة لنا وبعدا يختلف عن أبعادها السابقة .

وهذه الحياة التي نحن جميعنا مدعوون الى أن نحياها، تنبعث من أعماق كياننا متى تظهر هذا الكيان وتجدد واتفق ايقاعه مع ايقاع القلب الكوني ، وذلك على قدر ما نبذله من الجهد من أجل القضاء على مقاوماتنا والبقاء في مستوى أعلى من مستوى أنفسنا بعون من الله عندما نكف عن الاعتماد عنه . وعندئذ يحررنا الحق اذ نعيشه ونحياه ، وننال الحرية الداخلية الصحيحة التي يتمتع بها أولئك الذين يتصرفون بناء على اختيار نهائي يختارونه بعد تفكير عميق .

وبتخلص أرواحنا من أدرانها تتولى توجيه هذه الحياة السامية في أدق ما فيها من التفاصيل ، وتتجلى هذه الحياة فيما يصدر عنا من أفكار وأقوال وتصرفات مغايرة لما كان يصدر عنا فيما سبق ، وتكفل لنا تفوقا يوميا على النفس يقوم عليه تطور وارتقاء واعيان نمارسهما بمحض ارادتنا واختيارنا ، ويتمان في جو من الغبطة والبهجة ، وليس في جو المعاناة الذي كان حتى الأمس القريب هو الجو الوحيد الذي يمكن أن يجعل قلوبنا قلوبا لينة رقيقة وأن يحدث



تغيرا فى طبيعتنا المتكبرة المنفردة بذاتها والتي تبادر دائما الى التمرد والعصيان والى البحث فى المعايير البشرية عما تبرر به سلوكها وتصرفاتها •

وسوف يكون ذلك بداية للتحرر تجعلنا فى كل ظرف من الظروف نشاهد ايامنا وهى تتتالى امام اعيننا تتاليا رائعا اذ نعيشها فى الجو الالهى ، جو الوفاق والوئام والاتزان والنظام ، ويتاح لنا أن نتذوق رحيق الحياة ذاتها ، فى صدق عميق يتغلغل فى أفئدتنا ويظهر فى حياتنا ويصبح لباقي الناس قدوة تفتح أمامهم طريق هذه الحياة •

وفى ذات يوم من الأيام سوف يعتمد هؤلاء الناس هم أيضا على القيم الجوهرية التى تجعل العلاقات بين الافراد وفيما بين الشعوب علاقات سلسلة ميسورة مطبوعة بطابع الانسانية ، فى جو من الاخوة الصحيحة التى تجمع القلوب النقية الكريمة الصافية ، فيدركون أن مجرد كون الانسان مواطنا طيبا أمينا لا يكفى فى الوقت الحاضر لأن يعيد الاستقرار الى عالمنا الذى تحف به المخاطر من كل جانب من جراء تصرفات الجميع • بل يجب على كل منا أن يصحو وأن يكون على وعى بواجباته نحو نفسه ونحو الانسانية كلها ، حيث أن كل فرد منا هو من بين المسئولين عنها •

ومتى اتحد سائر الناس فى هذا المثل الأعلى الواحد ( وهو أمر سوف يتحقق ذات يوم ، فلنكن على ثقة من ذلك ) : فلسوف يحل على الأرض عصر ذهبى جديد ، لن يكون قائما على المال ولا على غيره من القيم الزائلة ، بل على فضائل ذوت وذبلت منذ عهد بعيد ، وسوف تعود الى الازدهار من جديد وينميها الانسان فى نفسه كل يوم ، من أجل تحقيق السعادة لنفسه ولأمثاله البشر تسبيحا لله ومن أجل محبته له •

## الرد على عالم يعيش بدون الله

العالم كما هو اليوم يقف موقف الازدراء والسخرية ممن لا يريدون أن ينفوا ويهلكوا معه ، فيتشبهون بكل قواهم بالحقائق الجوهرية ، حقائق القلب والروح . ذلك لأن العالم يكن الشك والريبة والعداء لمن يخرجون على الطرق المتروكة التي تسلكها جماهير الناس ، ويقف دائما منهم موقف الدفاع عن النفس .

هناك أفراد من بين أقدم الناس عهدا في ماديتهم يخاطبوننا علانية بقولهم لنا : « ألا عودوا الى العقل ، فان جهودكم الروحانية لن تؤدي الى شيء . ان الحياة قصيرة ، ويجب التمتع بها ، يا للشيطان » . هذا هو ما يقولونه لنا . وفي الحق ، يا للشيطان . فانه هو الذي يسود العالم ويقود الناس في تياره الجهنمي . هؤلاء الناس الذين لخضوعهم لايحاءاته لم يهودوا الا مجرد دمي متحركة بين مخالفه ، وفي نهاية أعمارهم لا يمسون الا شيوخا متهدمين مصابين بكل أمراض العصر .

ان ملجأنا الوحيد أمام هذه الروح العدائية من جانب العالم ، ليس الا صدق حياتنا الروحانية ، وحبنا لغيرنا من الناس حبا دون شرط ودون مقابل ، مع ايمان عميق ربما أدت نتائجه البادية للعيان الى تأمل وتفكير من جانب أولئك الذين ينتقدون ما هم ليسوا أهلا لفهمه وادراكه . ففي

هذا العالم الذى يعيش الناس فيه لمجرد اشباع رغباتهم المادية والجسدية فحسب ، ليس هناك مكان لأدنى رغبة روحانية قد تمكن الناس من الارتقاء فوق مستوى البهيمية .

ومع ذلك فان العالم يعرف أنبياء الله بأسمائهم على الأقل . الا أنه لم يدرك أن تعاليمهم التى هى تعاليم واحدة على الرغم من وجود بعض الفروق الشكلية فيما بينها ، انما تخاطب قلوب الناس جميعا ، وأنهم لو عاشوا بمقتضى هذه التعاليم ، لنمت أسمى قدراتهم بتأثيرها ، ولكفلت لهم تلك التعاليم حياة هادئة سليمة هائلة .

ان هذه التعاليم لهى على درجة من الكمال ومن التمشى مع المنطق والبعد عن النقص ، بحيث لا ينبغى ان تثير اى جدال لو أن الانسان كان على درجة الذكاء التى يظنها فى نفسه . ومما يؤسف له أن أولئك الذين كانت رسالتهم هى نشر ما فى هذه التعاليم من العمق ، قد أخفقوا فى مهمتهم ، لأنه كانت تعوزهم الشجاعة والارادة لكى يمارسوها هم بأنفسهم حتى يقتربوا بصدق واخلاص من الكمال الالهى .

ان أبلغ رد على العالم الذى يحيا من دون الله انما هو فى قوة حياتنا الجوهرية التى تتعمق وتنمو كل يوم والتى نعيشها أمام أمثالنا البشر مع محبتنا لهم كما هم وأيا يكونوا ، لكى نبين لهم أن من الممكن لهم أن يعيشوا ما لم يفهموه ولم يدركوه ، وبذلك يمكنهم التحقق من صحته .

واذا كنا فى المدرسة الجوهرية لا نجرى وراء الحصول على قوى خارقة للطبيعة ، الا أن من واجبنا استخدام القوة الفريدة التى أتاحتها لنا الله ، وهى القوة على تغيير عقليتنا وذلك بمراقبتنا لأفكارنا وتصحيحها ، فتترتب عليها أقوال وأعمال تختلف عما سبقتها ، فتذهل أشد الناس شكاً وارتياباً ، كما تذهل من هم فى حاجة الى « أن يروا لكى يؤمنوا » . ان مارق الله هى متروحة لسائر الناس من ذوى النيات السليمة ، المتعطشين الى الطهر والنقاء والكمال ، والى العدل

والحرية ، لضيقهم من البقاء خاملين فى العالم ، أسرى  
لعيوبهم ورذائلهم ومقاوماتهم الأنانية المتكبرة التى تسبب  
الشقاء لهم ولغيرهم من الناس \* وان الانسان ليرجع الى الله  
بسهولة متى حرم طويلا من الحب الصحيح ، ذلك الحب الفريد  
الذى يمنحه الله للواثقين فيه وفى حكمته وعدله ومحبتة ،  
والذين ينظرون الى تعاليمه نظرتهم الى مجموعة من الوسائل  
المدهشة الرائعة المؤدية الى الهناء والى الصحة ، معروضة على  
سائر البشر \*

## الانسان أمام فرصته الأخيرة

فى آية لحظة من حياة الانسان ، حتى وان يكن قد ضل الطريق فى مسالك خطره ، فى استطاعته أن يتمالك نفسه وأن يصعد من المنحدر الذى انزلق اليه . واذا بدأ فى اصلاح نفسه لكى يظل ملتزما للطريق المستقيم فلسوف يحس فى نفسه ببزوغ الارادة والقوة والعزيمة التى يهبها الله لمن تصدق رغبتهم فى الانتصار على أنفسهم وفى الرجوع اليه .

غير أنه يتعين على الانسان أن يراقب نفسه وأن يبدأ العمل بميوله الروحانية الضعيفة حتى تتحول هذه الميول الى حقائق ثابتة ، اذا هو شاء ألا يعود الى الوقوع فى الروح الدنيوية التى تدعم مواقع ذاته الزائفة الأتانية . ومن ناحية أخرى فلربما خدع الانسان نفسه فاكتفى بحشو ذهنه بالنصوص الحرفية واللفظية لتعليم ما من التعاليم، مما يوحي اليه بأنه قد صار فى عداد الروحانيين ، دون أن يكون عليه أن يبذل أى جهد من الجهود من أجل تحسين طباعه لكى يكتسب عقلية جديدة .

أما اذا أحس الانسان على العكس من ذلك بمقدار ما فيه من الرذائل والعيوب ، وعكف على التخلص منها يوما بعد يوم ، فسرعان ما سوف يشهد ميلاده الجديد — ميلاد مخلوق عاد الى الاتصال بخالقه وبمعلمه الروحى وبسائر خلق الله ، لدرجة أنه لن يحس بالسعادة وبالتكامل النفسى خارج نطاق هذا الاتصال عينه ، فانه يلبي أشد الحاجات الملحة لقلبه

ولروحه • ولكي يحتفظ بالشعور بهذا الاتصال الذى وجده من جديد والذى هو بالنسبة له بمثابة وحى من السماء ،  
فلسوف يعيش تعاليم الله فى أقرب ما يكون الى قلبه ، حيث  
أن الحياة فى الله ، وهى الحياة الحقّة ، هى قصة حب ،  
ومسألة قلب وليست مسألة عقل • فيدرك الانسان أن هناك  
دائما شيئا ما يجب القيام به أو التخلص منه فى داخل نفسه ،  
حتى يكون على وفاق مع ضميره الذى يصبح أشد حساسية من  
ذى قبل ، وبالتالي أكثر تشددا ، مما يمكنه من تأدية جميع  
واجباته نحو نفسه ونحو أمثاله البشر ، ومن اشراكهم فى  
الأفراح الناشئة من حقائقه التى صار على يقين منها •

ان الحياة فى الله لهى أمر فى منتهى البساطة للانسان  
الذى يتفتح قلبه للحب النقى ولأمر الروح • ففى داخل  
نفسه وحدها يجد كل ما يشبعه ويرويه ويسد احتياجاته •  
هذا بينما الانسان المتكبر المادى ذو القلب الجاف الممتلئ  
بسوء الظن وبالمتناقضات ، يفضل كثيرا أن يدخل فى  
المجادلات العقيمة وأن يتخبط فى التعقيدات الذهنية التى  
يحاول فيها - دون جدوى - أن يسد فراغ حياته •

الا أن « الارادة » لا تتوقف الا على الانسان • فهى جزء  
من حريته فى الاختيار • أما « المقدرة » على أن يعيش  
الانسان وفقا للتعاليم التى يمكن أن تغيره ، فان الله يهبها  
له متى صار متعطشا الى الحق والطهر والنقاء ، والى  
الاستقامة والكمال •

أما أولئك الذين منذ سنين طويلة يعرفون هذه الحقيقة  
الحية فى أدق تفاصيلها ، فانهم ان لم يعيشوها باعتبارها  
فرصتهم الأخيرة ، فلسوف يشهدون تدهور حياتهم الروحانية  
ووجودهم البشرى يوما بعد يوم ، وسوف يحاولون دائما  
تسوية الأمور تبعا لارادتهم ولآرائهم المحدودة ، فيرون بطلان  
ذلك كله فى فشل مساعيهم •

★★★

ولكن حالما تنفتح قلوب الناس وتمتلئ بالحب ، وحالما  
ينقادون الى طرق الله ، فان الله يكفل لهم عونهُ ، حتى قبل  
أن يسألوه العون . فيهييء الله لهم خير الامور . لذلك فمتى  
حالفهم شيء من النجاح الروحي أو المادي ، فانهم يسلمون  
هذا النجاح الى الله في شكر وعرفان بالجميل ، مما يقيهم  
الوقوع في الزهو والادعاء . أما ما يصادفهم من الفشل  
فانهم ينسبونه الى أنفسهم ، لأنه ناشئ من عدم خضوعهم  
لقوانين الله . وبهذا المسلك الداخلي يكونون على ثقة من  
أنهم لا يخطئون الحكم على أنفسهم ، وعلى ثقة أيضا من أنهم  
يعملون على ما فيه تخريرهم ، وعلى تحقيق السعادة المترتبة  
على هذا التحرر . وهي سعادة يقدرونها حق قدرها لأنهم  
يصبحون أهلا لها ، ولأنهم يعملون على بنائها يوما بعد يوم ،  
يعون من الله مقترن بجهودهم الشخصية .

## قررت أن أظل شابة.

قبل أن أصف لكم بعض طرق الحياة لأساعدكم على الاحتفاظ بالشباب والصحة وبالجمال ، سوف تسمحون لي بهذه المقدمة البسيطة لكي أوضح لكم الأمر الجوهري ، مما سوف يجعلكم تدركون أسباب الشيخوخة البشرية فتجنبونها ، ويتيح لكم تجديد دماءكم وخلاياكم الحيوية بأسلوب جديد في التفكير وفي الحياة ، وبذلك ترجئون الشيخوخة الى أمد بعيد جدا ، ومن ثم ترجئون أيضا الأجل المحتوم .

لم يكن بتلطيف وجهي بمختلف مساحيق التجميل وغيرها من أنواع الطلاء أن احتفظت بشبابي عندما آليت على نفسي ، وأنا في سن الأربعين عاما ، أن أظل طوال حياتي شابة ، بل كان احتفاظي بالشباب هو من داخل كياني . وسرعان ما أدركت أن توتر الأعصاب وانقباضها نتيجة للنقائص الرئيسية كالأثائية والكبرياء والغيرة وسوء الظن والحسد والفضب ، وكذلك نتيجة للقسوة التي تؤدي إليها تلك النقائص ، انما هما من عوامل الشيخوخة التي تصيب الأعصاب الحساسة بالبلى وتبدد الطاقات الحيوية ، وتترك على وجه الانسان آثارها . لذلك آليت أن أحارب ما في نفسي من النقائص بمراقبتي لأفكاري وأقوال وأعمالي ، وبتصحيحها عندما لا تكون متمشية مع الاتجاه الذي رسمته لنفسى . وهذا ليس من أجل مصلحتي فقط ، بل لمساعدة بنات جنسى أيضا . فان أردتن الاحتفاظ بالشباب والصحة واكتساب الجمال أو استعادته ، وجب أن تكون لكن قلبك



مفتوحة ومملوءة بالحب للجميع ، وأن تغرسن فى أنفسكن  
السلام والفرح الداخليين . هذا هو ثمن ذلك آيتها الأخوات  
والصديقات العزيزات ، ومن هنا يتعين عليكم أن تبدان .  
كما أن ذلك يصدق أيضا بالنسبة للرجال الحريصين على  
تجنب علامات التقدم فى السن .

### \*\*\*

تعلمون الآن ماذا بقى عليكم القيام به ، وهو أن  
تصوغوا لأنفسكم عقلية جديدة ، بمراقبتكم لطباعكم  
وبإصلاحكم لها وبعدم ادانتكم لأحد أو انتقادكم لأحد من  
الناس إلا أنفسكم . وسرعان ما سوف ترون نتائج جهودكم  
تظهر على سيمائكم ، فتتفرج أسارير وجوهكم وتجرى الدماء  
تحت أديم بشرتكم وتشرق أعينكم بضياء جديد ، هو ضياء  
أوضاعكم الداخلية الجديدة ، التى تتجلى من الخارج ،  
فتعيدون بناء أنفسكم بناء حقيقيا فى تيار جديد من تيارات  
الحياة . ولا يعود يبقى فيكم ما يوحى بوجود الأنانية والفيرة  
اللتين تضيق بسببها العيون وتزم الشفاه .

لا شك فى أن من الأصعب على الانسان أن يكافح لازالة  
التجاعيد العميقة من وجهه ، من ان يمنعها من الارتسام على  
سيمائه . غير أن من المسور الحصول على نتائج جدية متى  
سيطر الانسان على نفسه سيطرة دقيقة ، لتصميمه على ان  
يظل شابا . وليس معنى هذا أنه يتعين عليكم أن تراقبوا  
ظهور هذه التجاعيد فى خوف ووجل ، جاعلين من المرآة  
الاطار المستديم لوجوهكم . بل على العكس من ذلك ، كل  
شئ هو طبيعى وفى غاية البساطة بالنسبة لمن تحكموا فى  
أنفسهم دون أى شعور بالزهو أو الخيلاء ، وبدأوا بإدراك  
ما للروح وللمشاعر الطيبة من التأثير الجميل على كيان  
الانسان كله . ولكن أنى للانسان الوصول الى هذه الحالة  
الداخلية متى امتلأ قلبه بالأحقاد فجف وقسا ، ومتى راح  
فكره يجتر الاتهامات ضد الغير ويتمنى الشر لمن هم موضوع

حنقه وغيظه ؟ ومتى راح ينفث سموم الكراهية والغيرة  
وروح الانتقام التى تسمم حياة بعض النساء وتقضى على  
ما لهن من جمال ؟

\*\*\*

ومتى عصف بكيانهن العشق لم تعد لهن أعين الا لكى  
ينظرن بها الى من يمشقن - فتتضافر فرحتهن بانتصارهن  
( وما أسرع هذا الانتصار الى الزوال ) مع شهواتهن الجنسية  
لتضفى عليهن جمال الشيطان ، وهو الجمال الذى لا يستمر  
الا وقتا قصيرا - وكالشيطان كثيرا ما يكون تقريرهن بالرجال  
بالمكر والحيلة والكذب ، متى كانت قلوبهن بعيدة غائبة -  
فتنطبع على وجوههن علامات الكدر والخيبة المتربتين على  
ذلك ، ككل ما هو قائم على الغش والرياء وعدم الصفاء .

\*\*\*

ومهما يكن من أمر ، فان الافراط بمختلف صورهِ  
وألوانهِ يقود الرجل والمرأة الى الشيخوخة المبكرة ، التى  
تشاهد بواكير علاماتها فى الدوائر المحيطة بالعينين وفى  
ازدياد عمق التجاعيد الموصلة من الأنف الى جانبى الفم ،  
نتيجة لتبديد حياة تكرر للبحث عن اللذة الجنسية ولذة  
الفم ، وهذه الأخيرة كثيرا ما تولد الأولى ، ونندر أن توجد  
الواحدة دون الأخرى ، متى كان هم الانسان هو الحصول على  
أقصى المتع من جسده المادى ، الأمر الذى يؤدى بالرجال  
وبالنساء فى أغلب الأوقات الى أشر ألوان الجنون والى  
إهمالهم لأشخاصهم ولواجباتهم وأحيانا لأسرهم - ولكن هذا  
ليس موضوع حديثى الآن ، فلا يجوز أن نتوه فى مباحث  
فلسفية ، وان تكن هذه المباحث قد تساعدكم على الخروج  
من تيار مشثوم ، وان يكن رأيى أن الجمال الخلقى هو  
دائما من عوامل الشباب والجمال الجسديين ، ومهما يكن  
ظن الآلى يعتبرون الأخلاق فى عصرنا الحاضر ضربا من  
الهراء انتهى زمانه ، ويتخذون لأنفسهم شعار الوثنيين

والفاسقين فى كل المصور ، وهو « لنشرب ولناكل ولنرقص ،  
فاننا غدا نموت » •

### \*\*\*

وثمة عامل آخر من عوامل الهرم والشيخوخة ، وهو  
نظام التغذية القائم على تناول اللحوم • فان أكمل لحوم  
الحيوانات الميتة ( أى جثثها ) ، بما فيها من المركبات الضارة  
ومن السموم ، لا يمكن أن يؤدى الى الحياة ، على الرغم من  
بروتينات اللحم ( فان البروتينات موجودة أيضا فى الألبان  
والحبوب والفواكه الزيتية وبعض الخضروات والصويا ) •  
ثم انه متى أضيفت الى اللحوم أنواع الصلصات المعقدة  
المجهزة بالنبيذ والكحول لتكتسب طعما حريفا ، تعرضت  
صحة الجسم لأخطار جسيمة • هل لاحظتم وجوه الأكلين فى  
ختام وجبة من وجبات الطعام الدسمة بمشهياتها وخمورها  
ومهضماتها ، وقد تورمت تلك الوجوه واحمرت بلون  
القرمز ؟ ان تلك الوجوه لهى بصريح العبارة قبيحة المنظر  
متضخمة مترهلة • وفى اليوم التالى لكل وليمة من تلك  
الولائم ، نرى المرأة على الرغم من كل ما تستعمله من مساحيق  
التجميل ، ومن كل ما تخط به وجهها وتظلل به أجفانها ،  
نراها وقد تقدمت فى السن عشرة أعوام بل ربما أكثر من  
ذلك ، ويلزمها أسبوع كامل لكى تستعيد ملامح وجه طبيعى  
نوعا ما ، وأن يكن قد لحقته بعض التجاعيد الاضافية وانطفا  
بريق عينيها وأحاطت بهما دوائر داكنة أو سوداء • ان  
الانسان ليدفع الثمن غاليا لتلك الألوان من الافراط التى  
غالبا ما تتكرر أكثر مما ينبغى ، عندما يأتى الانسان أن  
يكون أهلا للحصول على الصحة والشباب والجمال بشيء من  
التعقل والاعتدال ، وعندما يظل طوال حياته يجمع فى  
كيانه أكواما من النفايات العضوية والنفسية التى تستهلك  
الكبد والمعدة والكلى وتهاجم الخلايا الحيوية وخلايا المخ •  
وبالمثل فان الافراط فى تدخين التبغ يلوث الرئتين ويجعل

الصوت أجش خشنا ، وغالبا جدا ما يؤدي الى الاصابة  
بالسرطان ، حيث أن الدم يفسد في النهاية ويصبح كتيقا  
ويصير القلب مجهدا عاجزا عن أداء وظائفه . ثم لماذا  
التدخين؟ أيظن الرجل والمرأة أنهما مدخنتان؟ وكيف يتسنى  
للإنسان وهو بازاء فوضى كهذه أن يكون صبور الوجه ذا  
صوت عذب شاب أو بهجة صادرة من القلب؟ أما رياضة  
الجوجنج والايروبك وغيرهما ، فإن كانت تلهب الدم  
وتدفعه ليجري وقتا ما ، إلا أنها لن تهب الصحة الجسدية  
والنفسية التي يتوقف الجمال .

### ★★★

غير أنه لم يضع شيء بعد ، فإن الطبيعة ديدنها الكرم  
والسخاء بازاء ضعف الإنسان . ومتى قطع الإنسان شوطا  
بعيدا في شتى ألوان الافراط ، فإن رجوعه الى نفسه كفيل  
على الرغم من ذلك بأن يجد من الاضرار ، اذا أدى الى نظام  
مناسب في التغذية ، واذا اكتفى الإنسان لمدة معينة بتناول  
الخضروات النيئة مصحوبة بشريحة أو بشريحتين من الخبز  
الكامل ، وتناول تفاحة أو برتقالة قبل الطعام بنصف ساعة ،  
واعتاد التغذى بما يحتوى على الحديد ، كالسلطات الخضراء  
والسبانخ والخرشوف وما شابهها ، وشرب فيما بين وجبات  
الطعام وبعيدا عنها لترا ونصفا الى لترين من الماء الحى  
( أى ماء الصنبور ) كل ٢٤ ساعة ، مضافة اليه بضع قطرات  
من الليمون ، وهو ما أفعله أنا بنفسى منذ عام ١٩٥١ . واذا  
كان بعض الأطباء يشيرون اليوم بشرب نفس هذه الكميات  
من الماء الا أنهم ينسون أن ينصحوا بمضغه لكى يختلط جيدا  
باللعاب ولكى يتم هضمه هضما أوليا فى الفم حتى لا يمكن  
فى المعدة ( ويكون فى ذلك وقاية من الانتفاخ ) وبذلك  
ينظف الكليتين وينقى الدم ويخففه ، وبخاصة عند من  
يأكلون ويشربون أكثر مما ينبغى فيصبحون من مدمنى  
الخمر دون أن يعلموا ، أولئك الذين يتناولون كل يوم  
قسطهم من الكحول الذى يسمونه ماء الحياة وهو اعتدى

« ماء الموت » ، وهو لا يصلح لشيء الا لحفظ الخيار المخلل ( ترى أيحسبون أنفسهم خيارا مخللا ؟ ) ، أولئك الذين تبرز غزوقهم من تحت جلودهم كالحبال ، وتلتوى أصابعهم التواء أغصان الكرم اليابسة . فلعلهم يقدرّون الماء حق قدره لما فيه من النفع والتخفيف العام لكيانهم ، فانه يغسل دمهم ويعيد دورتهم الدموية تدريجيا الى نظامها الطبيعي ، مما يجنبهم الاصابة بالذبحة الصدرية .

غير أنه هنا أيضا نجد الدواء مع الداء جنبا الى جنب : فان كانت حالة قلبك تسبب لك شيئا من القلق ، واحسست بالعلامات المندرة بقرب حدوث الذبحة الصدرية ، من ارهاق شديد مصحوب بالدوار والضييق وتصيب العرق الغزير والرعدة والألم في الصدر ، فاطلب الى المحيطين بك إن يديروا لك ذراعك الأيسر كما تدار طاحونة البن ، فتمر قطعة الدم المتجمدة مرورا سهلا ، بعد أن كانت تسد شرايينك ، وبذلك تنجو أنت من الذبحة الصدرية .

قم أنت بنفسك بأجراء هذه الحركات البسيطة بذراع الشخص الموجود بالقرب منك ، اذا بدت عليه نفس الأعراض ، فمتى عرف الانسان هذه الوسيلة ، وجب عليه استعمالها لنفسه ولغيره من الناس .

يأكل الناس في معظم الحالات أكثر مما ينبغي وبطريقة سيئة ، الأمر الذي يظهر في تراكم الشحم في أردافهم وفي أكراشهم ، اذ أن ماديتهم تختبئ في كل مستويات كيانهم وتخلق لهم رغبات زائفة واحتياجات زائفة . وعلى كل حال ، متى ظهرت أولى بوادر المتاعب الصحية ، يحسن إجراء تحاليل وكشوف بالأشعة ، واستشارة طبيب ، على أن يكون من الأطباء الطبيعيين كلما أمكن ذلك .

والآن اليكم ببعض الوسائل الشخصية البسيطة التي استخدمها باستمرار ، وهي وسائل ناجحة جدا وتكاد لا تكلف شيئا .

فسواء أكنتم تستعملون مساحيق التجميل أو لا تستعملونها ، فلا بد من تنظيف الوجه تنظيفا تاما كل مساء وكل صباح ، أما باستخدام الماء والصابون الدهني ان كانت بشرة الوجه تتحملة ، أو استخدام اللبن متبوعا بغسيل ( لوسيون ) مستخلص من النباتات أو الأزهار أو الفاكهة . وفي المساء ، بعد تجفيف الوجه تجفيفا جيدا بالضغط بالمنشفة ( وليس بدعك الجلد ) ، من الأفضل ترك البشرة تنفّس في أثناء الليل ، أو غسلها بماء الورد لكي تتماسك . وفي فصل الشتاء ، يمكن دهن الوجه بكريم دهني يترك عشر دقائق ثم يزال بخفة باستعمال منديل من الورق . وفي الصباح يدعك الوجه بلطف ( على الناشف ) من أسفل الى أعلا ، باستخدام منشفة مستعملة ناعمة جدا تمتص الماء . ثم تمرر على الوجه قطعة من القطن مبللة بالغسيل ( لوسيون ) لكي تنعش البشرة .

### ★★★

وبتنظيف الوجه تنظيفا تاما ، يصبح مستعدا لتقبل « كريم » من خلاصة النباتات لحمايته ، أو هذا السر القديم من أسرار المرأة الذكية ، وهو درنة من البطاطس النيئة تقطع أربعة أرباع ويمرر الجانب اللحمي منها على البشرة ، مع مراعاة عدم تجميدها . وهذه الطريقة هي من الطرق الممتازة لازالة الدوائر المحيطة بالعينين مع الطرق بالاصبع على قطعة البطاطس الملاصقة للوجه . ثم يترك الوجه لييجف فيصبح ناعما نضيرا مشدودا بفضل النشا الموجود في البطاطس . ثم يوضع قليل من البودرة على الخط الأوسط للوجه وشيء من اللون الوردى على الشفتين ، فتصبحن أيتها الأخوات جميلات كل الجمال . ولا تنسين أن استخدام مساحيق التجميل ( الماكياج ) يجعل بشيخوخة الوجه .

وفي أى فصل من فصول السنة يمكن ابدال البطاطس بشريحة من الخيار أو من الطماطم أو البرتقال أو المشمش

أو بثمرة من الفراولة تفقاً على الوجه حتى أسفل العينين  
ويترك ذلك نصف ساعة ثم يزال بالماء الدافئ .

ولتنظيف البشرة تنظيفاً أعمق في المساء بعد غسلها  
باللين واللوسيون ، يكفي أن تمرر شريحة من الليمون على  
الوجه ويترك ليجف لمدة ربع ساعة ثم يزال الليمون بالماء  
الدافئ .

ولبعث الحيوية في البشرة تنظف مرة كل أسبوع  
بزيت الزيتون النقي ثم يزال الفائض من الزيت ولا يضاف  
شيء آخر لمدة الليل .

### ★★★

ولتقوية عضلات الرقبة ومقاومة ظهور الذقن المزدوج  
( اللغد ) ، لا شك أنكم تعرفون تمارين النطق بمقاطع ال  
( أو ) O والاكس X و ( كا كا أكا كا أكا كا أ )

kka, kka, kka, kka

التي يشار منذ وقت طويل بالتدرب عليها . وكذلك اخراج  
اللسان الى الحد الأقصى ثم رفع طرفه الى أعلا . وهذه  
التداريب يجب القيام بها نحو خمسة عشر مرة صباحاً  
ومساءً ، ثم يربت بظاهر اليد عدة مرات أسفل الذقن .  
الا أنه لا قيمة لذلك بدون اجراء التمارين المتقدمة .

ولتقوية عضلات الرقبة وفقرات العنق يجب الجلوس  
وادارة الرأس من اليسار الى اليمين حتى النهاية عشر مرات ،  
وبالمثل من أسفل الى أعلا ، بدون عنف أو شدة .

### ★★★

ولمنع سقوط شعر الرأس ولتجميله تمرر على فروة  
الرأس مرة كل أسبوع بصلة مقطوعة نصفين باستعمال  
الجانب المسطح من كل نصف ( يفرق الشعر من أجل ذلك ) .  
ثم تربط الرأس لمدة الليل ، وفي صباح اليوم التالي يغسل  
الشعر بالصابون النقي ويوضع شيء من عصير الليمون ( أو  
من الخل ) في ماء الشطف الأخير . وفي الأسبوع التالي

تكرر نفس العملية بزيت الزيتون بعد تدفئته في حمام مائى .

\*\*\*

وماذا عن الكبد ؟ ذلك العضو الثمين الذى يتحكم فى الجسم والذى خيرا جدا ما يكون منتفخا تقيلا موبلا ؟ فان كان ملوتا من جراء تغذية خاطئة ، فان حالته يمكن أن تتحسن اذا شربت كل صباح كوبا كبيرا من الماء الساخن ( على الريق ) لمدة ثلاثة أو أربعة أيام متتالية . وبعد أن تكون قد عصرت فيه نصف ليمونة ، واذا رقدت بعد ذلك نحو عشرين دقيقة على الجانب الأيمن . ولن تقتصر النتيجة فقط على تحسن حالة الكبد تحسنا كبيرا ، بل سوف تعود الحيوية الى بشرة وجهك ، ويعود الى عينيك بريقهما بعد أن يكون هذا البريق قد انطفأ أيضا من جراء تدخين التبغ ؟ وعلى ذكر التدخين ، ان كنت أيتها الأخت تبتلعين الدخان ، فان المحيطين بك يستنشقونه . فرفقا بهم . ورفقا بنفسك . ورفقا بالأطفال الرضع اللذين تحملينهم بين ذراعيك ولقافة التبغ فى فمك . ورفقا بالأطفال الذين تحملنهن فى أحشائكن يا أمهات المستقبل .

\*\*\*

وماذا عن الايمان ؟ ان كنتم من المؤمنين ، فلسوف تحمدون الله على انكم بصحة ممتازة بفضل قدرته الموجودة فيكم ، وعلى أنكم ممتلئون بطاقته الحيوية وعلى أن الله هو فى كل لحظة من اللحظات قوتكم الحية التى لا تضعف أبدا . ان الشعور بالعرفان بالجميل من أجل السعادة التى تحسون بها فى خلال هذه التأكيدات الايجابية ، سوف يقم قلوبكم ببهجة تمنكم وجوها تتألق صة وشبابا .

واذا كنتم من غير المؤمنين ، فلا شك فى أنكم على الرغم من ذلك تؤمنون بحياتكم ذاتها ، وبأنكم جزء لا يتجزأ من الخليقة التى ترونها بأعينكم الجسدية . وإن كنتم لا ترونها



بعميـون الروح • اذن فاشكروا للحياة أنها فيكم قوية وأنكم فيها اقوياء ذوو عزم وشجاعة وقوة وطاقة • واشكروا للطبيعة أنها تغمركم بنعمها • وتعلموا كيف تتصلون بانغير وتشاركوهم ما لديكم • ولسوف تجزون عن ذلك اضعافا مضاعفة ، وتحسون بالحياة تسرى في عروق كيانكم الجسدى الذى هو عالم مصغر ، بمثل ما هى ظاهرة فى العالم الكونى الأكبر • وتشعرون بالوفرة وبالحرية وتحسون بالوحدة فيما بينكم وبين سائر الناس ، فتصبح قلوبكم وضمائركم مرهفة الحس والشعور ، حافزة لكم على تنمية الأفكار الصالحة والمشاعر الطيبة فى نفوسكم ، مما يقودكم الى الأعمال الصالحة • وتزدادون صبرا وتسامحا وتحسون بأنفسكم سعداء وبأنكم تتطورون وترتقون فى تيار من الحب والحياة • وسرعان ما سوف تدركون أنكم انما تجتذبون نحو أنفسكم من الأشخاص ومن الأحداث والظروف ما يتواءم مع حالتكم الداخلية ، حيث أن كل الأشياء تسير طبقا لقانون معين •

فان زرعنا اللفت فلن نجنى منه الورد • ومن يدرى فلعل هذه الحالة الجديدة من حالات الوعى تبعث فى نفوسكم الايمان بالقوة العليا التى تدير الكون ، حتى وان كنتم قد قررتم من باب العناد أن تكونوا نهائيا من غير المؤمنين ، لاعتقادكم مثل الكثيرين من أمثالكم بأنه ان كان هناك اله لما شوهد فى العالم كل هذا الشقاء وكل هذه القسوة • مع أنكم لو فكرتم لحظة واحدة لأدركتم أن شقاء البشر انما هو ناتج منذ قديم الزمان من مخالفتهم لقوانين الله ، وهى قوانين الحكمة والعدل والحب ( أو القوانين الكونية فى رأى غير المؤمنين ، ولكن النتيجة واحدة ) • واذا شعرتم بأنكم ما زلتم سجناء فى داخل أنفسكم ، فلا تنسوا أن المزلاج انما هو من الداخل ، وأن من الخير لكم أن تتدربوا على الأفكار الايجابية البناءة ، فان الفكر والقول كلاهما خلاق ، فان أحسن توجيههما جلبا لكم أفضل الأمور •

وبعد قيامكم بأداء التمارين الرياضية الصباحية لمدة

بضع دقائق ترويضاً لعضلاتكم ، يجب القيام ببعض تمارين التنفس امام نافذة مفتوحة ، باستنشاق الهواء ثم الزفير أربع مرات او خمسا على التوالي والذراعان ممدودتان الى الامام ثم الى الجانبين ثم الى اعلا لايقاظ الرئتين وتنقيتهما . وفى أماكن ذات هواء طلق وأشجار ان أمكن ذلك ، يجب التنفس فى أثناء المشى ، فعلى مدى أربع خطوات يجرى شهيق ، وعلى مدى أربع خطوات يحفظ النفس ، ثم على مدى ست خطوات يجرى الزفير . ولكم أن تقررُوا عدد الخطوات حسب سعة الرئتين (خمس دقائق فى بداية السير وخمسا عند العودة) . وهناك تمرين آخر مفيد جدا ، وهو القفز فى نفس المكان من قدم الى القدم الأخرى لمدة دقيقة أو دقيقتين على التوالي ، عدة مرات كل يوم .

وما دمتم أنتم أيضا قد قررتم الاحتفاظ بالشباب ، فعليكم أن تؤدوا الثمن . ومتى أوتيتم الاتجاسة الداخلى والخارجى الصحيح ، فلسوف تشجعكم النتائج التى تحصلون عليها ، وتحسون بنمو الرغبة فى داخلكم فى اتباع النظام واكتساب السيطرة على النفس . ونظرا لأن صوتكم سوف يظل نقيا شابا ، فلسوف ينشد نشيد الفرحة بالحياة . وبما أن قلوبكم سوف تخلو من التجاعيد ، فلسوف تنبسط تجاعيد وجوهكم هى أيضا ثم ينتهى بها الأمر الى الزوال .

### حاشية :

#### سوندارى

كل ما عرضته فى هذا المقال انما أعيشه بأكمله ، وأحس بنفسى قوية شابة مبتهجة كما لو كنت لا أزال فى سن الأربعين ، مع أنى سوف أكمل قريبا ضعف عدد هذه السنين من العمر .

ديسمبر سنة ١٩٨٥

لى سوربييه — سالانش

## هل تنشئ الإصابة بالسرطان ؟

هل تنشئ الإصابة بالسرطان ؟ اذن فاعلم ان في استطاعتك تجنب هذا المرض ، بل أيضا البرء منه اذا غولج في مبادئه ، واذا قررت تغيير الأسلوب الخاطيء في التفكير وفي الحياة وفي التغذية ، وهو الأسلوب الذي يؤدي الى هذا المرض والى سائر الأمراض الأخرى .

يمثل السرطان مع مرض السكر والذبحة الصدرية أشد أوبئة عصرنا الحاضر . فهو ينتشر اليوم عمقا وعرضا الى درجة أن الكثيرين من الأطفال يولدون مصابين بالسرطان نتيجة لجهل الآباء . فلقد تغذى هؤلاء على مدى أجيال عديدة تغذية خاطئة ، فأورثوا أبناءهم دما غليظا ضعيفا غير نقي ، وأعضاء ملوثة لا قدرة لها على التخلص من النفايات والشوائب التي تتراكم يوما بعد يوم . وهذا هو شأن كل من عاشوا بمعزل عن القوانين الكونية ووفقا للروح العادات المتفشية في عالم تنعكس فيه أكثر من أى وقت مضى حالتهم الجسدية والنفسية والخلقية والعقلية ، ويعجز عن أن يقدم لهم شيئا آخر سوى حصيلة ما هو فيه من القصور والادعاء . فلقد « أكل الآباء الحصرم » وهو يرمز الى عدم نضجهم ، « فحسرت أسنان الأبناء » .

في المدرسة الجوهريّة ، وهى المدرسة التى يرد فيها للانسان اعتباره ، ويسرى فيها تيار الحياة والحب الكونيين ،

تمارس منذ عام ١٩٥١ تجربة يومية ناجحة لنظام فى الحياة يستند الى قيم نسيت عند معظم الناس منذ زمان طويل \* فهو يستند الى اصلاح عقليتنا اصلاحا شاملا مستديما ، مقتربا بالاصلاح الغذائى ، مما أتاح لنا استعادة الصحة والشباب والفرحة بالحياة والاحتفاظ بها جميعا \* لهذا أصبح فى استطاعتنا اليوم مساعدة أقراننا البشر وأن نثبت لهم ، عن طريق محبتنا وعن طريق المثل الذى تضربه لهم تجربتنا ، أن فى وسعهم هم أيضا أن يتجنبوا أمراض العصر وأن يشفوا منها متى عولجت فى الوقت المناسب \*

ان عددا كبيرا من الأفراد ممن كانوا مصابين باللويميا ( سرطان الدم ) وبغيره من أشكال السرطان ، قد شاهدوا مرضهم ينحسر ثم يزول تماما فى النهاية ، باتباعهم بدقة وإخلاص لكل الشروط المطلوبة \* واذا كانوا قد برعوا اليوم من مرضهم تمام البرء ، الا أنهم يعلمون مع ذلك أن المرض قد يعود فيحل بهم من جديد اذا هم عادوا الى أخطائهم السابقة ، وعلى سبيل المثال اذا تعاطوا الخمر والمخدرات والتبغ ( وهو فى نفس درجة خطورة الحشيش ) واذا مارسوا الرذائل والشهوات الجنسية وتناولوا أجساد الحيوانات الميتة \* ذلك لأن دم الانسان انما يتكون مما يأكله ومما يشربه ومما يفكر فيه \* فلن يلبث جسمه اذن أن ينقسم على ذاته مرة أخرى فى أدق خلاياه ، بنفس درجة الفوضى التى تبدأ فى ذهنه ، متى خرق القوانين الكونية ، وهى قوانين الحكمة والعدل والحب \*

وبالاضافة الى اتباع تغذية صحية سليمة تساعد على الشفاء النهائى ، يتعود الانسان الحكيم على الأفكار الطاهرة النقية ، ويشرع فى الصراع ضد الأنانية والكبرياء وهما تبعده عن الحياة الكونية وتفصلانه عن غيره من البشر \*

وهكذا شيئاً فشيئاً يعود جسده المادى فيصبح من جديد وعاء طاهراً نقياً يليق بالروح التى تبعث فيه الحياة ، ويجد مكانه مرة أخرى فى الدائرة الكونية ، متى حاول اصلاح نفسه قبل أن يدعى اصلاح العالم .

لقد قال الدكتور الكسيس كاريل : « ان الانسان يحفر قبره بأسنانه » ويمكن أن نضيف الى عبارته هذه « ليس فقط بكمية ما يأكله ، وهى تفوق فى معظم الأحوال احتياجاته الحيوية ، بل أيضاً بسوء نوعية ما يأكله ، مما يفسد صحته ويتلفها » .

ان فى استطاعتنا أن نؤكد مع العديدين من الأطباء الطبيعيين ، أن الانسان اذا تغذى على « الجثث » ، اختزن فى بدنه من السموم ما لا طاقة له على التخلص منه أولاً بأول . وهذه السموم اذا تفقر دمه تخلق فى جسمه بؤراً للمرض تعجل بانحطاط صحته وتجعل من بدنه أرضاً خصبة تنمو عليها شتى العلل والأمراض . الا أنه لا يجوز لنا أن نخلط ما بين الطبيعية وبين النباتية . فان التقرب الى الطبيعة والتغذى بالمنتجات الطازجة التى تزرع بدون أسمدة كيماوية وتجهز بعناية ، هما من غير شك خطوة الى الامام . الا أن لحم الخنزير « الجம்பون » والسجق والتن والسردين وما شابه ذلك مما يطلق عليه وصف « الأغذية الصحية » ، لا تخرج مع ذلك عن كونها أجساداً حيوانية .

ان من دواعى الأسف أن الانسان فى ضلاله وخموله وعناده ، يؤثر تعريض حياته للموت بدلاً من استخدام العلاج الصحيح لعلله البدنية والخلقية ، وذلك لشدة انغلاقه فى نطاق عادات وتقاليد لمجتمع يستبيح لنفسه « التفكير واتخاذ القرار » نيابة عن الانسان . فالواقع أن أفضل ما قد يعرض على الانسان مما هو « ليس مكتوباً فى الجرائد وفى التذاكر الطبية » ، ليس له على ادراك الانسان أى أثر

يمكن أن يحدو به الى المقارنة والتفكير والى اختيار أفضل الطرق .

ومع ذلك ، فان الحقيقة غير المعترف بها رسميا من السلطات العامة ، لا تكف مع ذلك عن أن تكون هي الحقيقة . وسوف تشق طريقها فى عقل الانسان رغما عن كل شيء ، متى استنفذ الانسان جميع وسائله وضاعت به السبل فقبل أن يعيش بمقتضى هذه الحقيقة .

فى مواجهة السرطان ، هذا الوباء الذى يفتك اليوم بالجنس البشرى فتكا ذريعا ، يتعين على المجتمع أن يوجه نداء عاجلا ايقاظا للضمان . فان الأمر يعنى البشر جميعهم . وان أعظم القمم الطبية ، على الرغم مما هى عليه من العلم ومن المعرفة ، لا قدرة لها على الافلات من عاقبة كل هذه الأخطاء التى ترتكب . ولا يستطيع الأطباء شفاء أنفسهم من السرطان أكثر من استطاعتهم شفاء مرضاهم . ذلك لأنهم - عن حسن نية - يعلقون كل آمالهم على عقاقير كيميائية مصنعة لأغراض تجارية ، وهى كثيرا جدا ما تكون أشد فتكا من الداء نفسه . ويأبون الاعتراف بأن مرض السرطان والسكر والذبحة الصدرية وغيرها من الأمراض انما هى نتائج أسلوب خاطيء فى التفكير وفى الحياة وفى التغذية ، الأمر الذى يفسر عجزهم عن تقديم أى شيء آخر لمرضاهم غير الوسائل القاصرة المحدودة ، وسائل علم البشر .

ان أول واجبات الأطباء المتفتحة مداركهم لامكانيات تتجاوز نطاق التقليد ، هو أن يمارسوا بصفة عاجلة الطب الوقائى القائم على الأدوية الطبيعية والمقترن بنظام فى الصحة الغذائية والخلقية والجسدية يحفظ للانسان وسائله فى الدفاع عن ذاته . وليس لهم أن يفرضوا عليه عقاقير كيميائية جديدة لا يترتب عليها الا تفاقم حالته وتمريض فرص بقائه على قيد الحياة للخطر . فان عدم تجربة هذه

الطريقة الجديدة فى الحياة وفى الوقاية وفى الشفاء ،  
اختبارا لفاعليتها ، لهو دليل على ايثار رؤية البشرية تموت  
وتفنى ، وعلى الرغبة فى ابقائها فى ظلماتها وأخطائها  
وأوهامها -

كيف يمكن لأشد الناس علما أن يقود أمثاله البشر نحو  
هذه الحياة المتجددة ان كان هو نفسه معاديا لكل اصلاح ؟  
وكان يأبى أن يتخطى حدود قصوره الشخصى ؟ وكان قبل  
كل شىء آخر لا يجعل من مهنته رسالة من الرسائل فى خدمة  
الانسانية المعذبة المريضة ، عن طريق هذا الاصلاح الغذائى  
والروحى الذى يجب أن يمارسه هو نفسه أولا ؟ ان أفضل  
نواياه لن تؤدى أبدا الى شىء من الأشياء ، ما لم يسلك  
طريق الحكمة والمنطق والعقل -

لو أن القادة ورجال العلم اتحدوا معا فى رغبة واحدة  
هى الرغبة فى مساعدة الانسانية ، فقبلوا توجيه نداء عاجل  
عن طريق وسائل الاعلام الرسمية ( الصحافة والاذاعة  
والتليفزيون ) من أجل تنبيه الجماهير وتهذيبها ، ولو أنهم  
اهتموا بهذا الدور الجديد ، دورهم كمربين ، فإن هذه  
الخطوة البسيطة سنوف تكلف المجتمع ( وكذلك دافعى  
الضرائب ) أقل مما يكلفه انشاء المستشفيات ومصحات  
الأمراض النفسية -

وفى أثناء الفترة الانتقالية ، بينما يخفض انتاج  
سلالات الأبقار والخنازير وغيرها ، فإن الانسان الذى  
لا تزال تغطى عينيه غشاوة الفكرة الخاطئة القائلة بأنه لن  
يستطيع الاستغناء عن قطعة البفتيك وأن عليه أن يستمر  
فى تناولها أبد الدهر ، هذا الانسان سوف يتغذى - فيما  
يتغذى عليه - بالخضروات والحبوب والفاكهة واللحم النباتى  
المصنوع من فول الصويا ، وهو يحتوى على نفس البروتينات

وتنتجها حاليا بلدان عديدة - فكم على وجه الأرض من الأشياء الطبية التي يمكن تناولها دون أن يظن الانسان نفسه مضطرا الى القتل من أجل أن يتغذى - فضلا عن ذلك ، ووفقا لمقتضيات كل حالة من الحالات على حدة ، سوف يشير الطبيب الطبيعى على الانسان بتناول أملاح طبيعية (كالحديد والمغنسيوم والبوتاسيوم النخ - على هيئة غذاء وليس على هيئة عقاقير ) وكذلك الفيتامين ج الموجود فى Cynorrhodon وفى الـ argousier ( مع الحذر من تناول الفيتامينات التركيبية ) - وإذا لزم الأمر يتبع العلاج بالصوم تحت اشراف الطبيب ، مما يساعد على رد العافية والشباب الى جسم الانسان ويجنبه الاصابة بالسرطان - كما يشار أيضا بشرب لتر ونصف الى لترين من الماء يوميا فيما بين وجبات الطعام وبعيدا عنها ، تنقية للدم وتطهيرا للجسم ، ويمضغ هذا الماء كما يمضغ الطعام الجاف لهضمه أوليا فى الفم ، وهذا هو ما نفعله جميعا منذ عام ١٩٥١ -

وعلى وجه التدرىج يتعود الانسان على الحياة دون تناول اللحوم - فان اللحوم - مهما يكن رأى الناس فيها - انما تبقى الانسان فى نطاق البهيمية - ولكن هذا هو موضوع آخر -

من المؤكد أن هذه المشكلة الخطيرة لا يمكن حلها على الفور ، وأن المصابين بالسرطان اصابة لا تخف وطأتها ، لا مناص لهم من اللجوء الى عقاقير كيميائية تخديرا للداء الى النهاية - وهذا أمر انسانى وطبيعى -

يستحق هذا الموضوع البالغ الأهمية أن يدرس درسا عميقا ، حيث أن فى وسعنا أن نؤكد ، بعد خبرة عشناها على مدى سنين عديدة ، أن الآلاف من الرجال والنساء ممن اتبعوا هذا الطريق الطبيعى فى الوقاية وفى العلاج ، قد استعادوا الصحة والشباب والقوة والفرحة بالحياة واحتفظوا



يها جميعها • فان الطبيعة تسود فيها القدرة الكونية دون عائق يعوقها ، فهي تضم كافة الوسائل التي تمكن الانسان من الاحتفاظ بكامل صحته البدنية والخلقية ومن استعادة كرامته ككائن بشرى يعنى بواجباته نحو نفسه ونحو أقرانه البشر •

من الأمور العاجلة الاعتراف بهذا النظام الجديد فى الحياة وتدرسه من المدرسة الابتدائية حتى الجامعة ، لكى يتاح للشباب بعد الوقوف عليه أن تكون لديهم كل وسائل الدفاع عن أنفسهم ضد عدوان المرض أيا يكن مصدره •

ومن الأمور العاجلة مساعدة العالم على الخروج من ظلام ليله للدخول فى فجر عصر جديد ينظر فيه انسان الغد الى اسلوب حياة آبائه وأجداده نظرتة الى مثل لا يصح أن يحتذى •

متى أصبح الانسان نافعا لبنى جلدته بدلا من أن يكون عدوا لهم بأنانيته وماديتته وجشعه ، فلسوف يجتذب نحو نفسه خيرا الأمور من أجل حياة سليمة سعيدة هائلة • فيكتشف مصادر جديدة للطاقة تتفق مع عقليته الجديدة ، وتجد كل مشاكله حلولها ، بما فى ذلك مشكلة المرور ومشكلة محركات الديزل التى اختل سيرها فأصبحت عاملا جديدا من عوامل تلوث البيئة ، تشتد وطاته فى العالم أجمع وبخاصة فى أمريكا اللاتينية ، فيزيد من اضطرابات الصحة ومن المتاعب والصعاب التى تواجه بشرية لم تعد تملك أعصابها ولا أنفاسها فى أية ناحية من نواحي الحياة •

## مرض الايدز ليس عقابا من عند الله

مهما يكن قول بعض الأوساط بشأن مرض الايدز ،  
ليس هذا المرض عقابا ينزله الله بأصحاب الشذوذ الجنسي  
أو بغيرهم من المنحرفين .

ان الانسان متى جاهد لكي يحيا تبعا لتعاليم الله ولكي  
يظل باقيا بقلبه وبفكره فى تيار الله وهو تيار الحب ، فانه  
يقتنع اقتناعا عميقا بأن الله لا يمكن أن يعاقب - وأن مرض  
الايدز ، شأنه شأن معظم الأمراض ، انما هو عقاب ينزله  
الناس بأنفسهم نتيجة لعصيانهم لقوانين الله ولسوء سيرتهم  
وعدم اخلاصهم ولاطلاقتهم العنان لشهواتهم الجنسية فتنهك  
أجسامهم وما فيها من أجهزة المناعة ، وتعرضهم لساثر  
الفيروسات ولجميع الأمراض المعدية .

ان الانسان متى أخطأ فى حق نفسه ، جلب دائما على  
نفسه العواقب الوخيمة المترتبة على ذلك ، وصار هو نفسه  
الجانى على نفسه . واذا كان قد قيل ان « أجر الخطيئة هو  
الموت » ، فان هذا القول يعكس حتمية هذا العقاب الذى  
ينزله الانسان بنفسه . ذلك لأنه حتى وان يكن دين الانسان  
يعفيه من هذا العقاب ، الا أن الشر الموجود فى نفسه سوف  
يواصل طريقه اذا أبى الانسان اصلاح نفسه .

ليس مرض الايدز - هذا البرص الحديث - شيئا آخر  
سوى فوضى الخلايا الحيوية فى جسم الانسان وانقسامها  
على نفسها وتعفنها تعفنا سريعا . بل ان هذه الفوضى نفسها

والانقسام عينه والتعفن ذاته لتتجلى فى خلايا مجتمعنا وعلى الأرض ذاتها • حيث أن الأرض من شدة اساءة البشر معاملة لها ومن كثرة اغتصابهم وتخريبهم لها ، تثور على شكل تقلصات مرعبة ، أول ضحاياها هو الانسان نفسه •

ان الناس نتيجة لعدم استنارة أذهانهم وعدم تدريبهم على أيدى قادة أكثر حكمة وأشد وعيا بواجباتهم ، لا يستطيعون ادراك الصلة بين سوء سلوكهم وانانيتهم وجشعهم وبين الحالة الحاضرة للعالم • كما أنهم لا يدركون أيضا أن عالمهم الشخصى الأصغر - المادى والنفسى - وهو الذى قد فسد نظامه كفساد نظام العالم الكونى الأكبر ، انما يعانى - أول ما يعانى - من تكرار الأخطاء والردائل والتجاوزات التى تؤدى بهم الى تدمير الذات • وبدلا من مقارنة لعالمهم الأصغر بالعالم الأكبر ، مما قد يدفعهم الى التأمل والتفكير ، يفضلون عند شعورهم بأقل بادرة من الألم ، أن يلجأوا الى علم البشر ، وهو يبدو الآن أنه يتجاهل هو أيضا قانون السبب والنتيجة • فما أكثر حسابات البشر وأبحاثهم الباطلة ، وما أكثر ما يضيعونه من الوقت ومن المال على الرغم من ذكائهم وعلى الرغم أحيانا من حسن نواياهم •

لا شك فى أنه من الأسهل على من لا يستطيع تغيير عاداته ، أن يبتلع قرصا من الأقراص بدلا من بحثه عن الأسباب الحقيقية لمرضه ومن قيامه بعلاجها بفضل الوسائل التى تضعها الطبيعة تحت تصرفه فى كرم وسخاء • هذا بينما العقاقير الكيميائية التى تبتكرها أذهان البشر وتصنع من أجل أغراض تجارية ، لا تفعل أكثر من تخدير الداء ، وفى بعض الأحيان لا تفعل أكثر من نقله من مكان الى مكان آخر ، فتخلق بؤرا جديدة للمرض •

اننا نرى الوقت قد حان لتنبيه الناس وتحذيرهم ومساعدتهم على التحرر من الآراء والأفكار التى يتلقونها

من الغير ، ولتدريب الجميع على أسلوب آخر فى التفكير وفى النظر الى الحياة فى ظل احترام الانسان لنفسه ولغيره من الناس ، مما يؤدى فى كافة المجالات الى انحسار المرض .

أما أقاربنا وأصدقائنا وأسرننا ، فان كانوا عصاة منغلقيين بازاء كل منطق وكل ادراك سليم ، فان محبتنا لهم ربما ساعدتهم - أكثر بكثير من مجرد الكلام - على تمالك أنفسهم ، حتى ولو لم يكن ذلك الا فى نهاية حياتهم . ومهما يكن من أمر ، فان مثلهم الذى لا يحتذى سوف يقوى عزمنا فيما وقع عليه اختيارنا ، وفى النتيجة التى انتهينا اليها ، وهى أن الموت وان يكن جميلا ، الا أنه لا يمكن بحال من الأحوال أن يكون جديرا بأن يساوى حياة جميلة متناسقة متفقة مع أخلاقيات الله ومع مبادئه .

## اقرأ في هذه السلسلة

أحلام الاعلام وقصص أخرى	برتراند رسل
الإلكترونيات والحياة الحديثة	ي . رادونسكايا
نقطة مقابل نقطة	الدين مكسلي
الجغرافيا في مائة عام	ت . و . قريمان
الثقافة والمجتمع	زايمونت وليامز
تاريخ العلم والتكنولوجيا ( ٢ ج )	ر . ج . فوريس
الأرض الغامضة	ليستريدل راى
الرواية الانجليزية	والتر الن
المرشد الى فن المسرح	لويس فارجاس
آلهة مصر	فرانسوا دوماس
الإنسان المصرى على الشاشة	د . قدرى حفى وآخرون
القاهرة مدينة الف ليلة وليلة	أولج فولكف
الهوية القومية فى السينما العربية	هاشم النحاس
مجموعات النقود	ديفيد وليام ماكديونالد
المسيقى - تعبير نفسى - ومنطق	عزيز الشوان
عصر الرواية - مقال فى النوع الأدبى	د . محسن جاسم الموسوى
بيلان توماس	اشراف س . بى . كيكس
الإنسان ذلك الإنسان الفريد	جون لويس
الرواية الحديثة	بول لويس
المسرح المصرى المعاصر	د . عبد المعطى شعراوى
على محمود طه	أنور المعداوى
القوة النفسية للأهرام	بيل شولو انيبيت
فن الترجمة	د . صفاء خيرى
تولستوى	رالف نى ماتلو
ستندال	فيكتور برومبير
رسائل وأحاديث من الملقى	فيكتور هوجو
الجزء والكل ( محاورات فى مضممار الفيزياء الذرية )	فيرنر هيزنبرج
القراث الغامض ماركس والماركسيون	سدنى هوك
فن الأدب الروائى عند تولستوى	ف . ع . أنيكوف

أدب الأطفال	هادى نعمان الهيتى
أحمد حسن الزيات	د . نعمة رحيم الجزاوى
أعلام العرب فى الكيمياء	د . فاضل أحمد الطائى
فكرة المسرح	فرنسيس فرجون
الجحيم	هنرى باربوس
صنع القرار السياسى	السيد عليوه
التطور الحضارى للإنسان	جاكوب برانوفسكى
هل نستطيع تعليم الأخلاق للأطفال	د . روجر ستروجان
تربية الدواجن	كاتى ثير
الموتى وعالمهم فى مصر القديمة	ا . سبنسر
التصل والطب	د . ناعوم بيتروفيتش
سبع معارك فاصلة فى العصور الوسطى	جوزيف داهموس
سياسة الولايات المتحدة الأمريكية ازاء مصر ١٨٢٠ - ١٩١٤	د . لينوار تشامبرز رايت
كيف تعيش ٣٦٥ يوما فى السنة الصحافة	د . جون شندلر
أثر الكوميديا الالهية لدانتى فى الفن التشكيلى	بيير البير
الأدب الروسى قبل الثورة البلشفية وبعدها	الدكتور غبريال وهبه
حركة عدم الانحياز فى عالم متغير	د . رمسيس عوض
الفكر الأوروبى الحديث ( ٤ ج )	د . محمد نعمان جلال
الفن التشكيلى المعاصر فى الوطن العربى ١٨٨٥ - ١٩٨٥	فرانكلين ل . باومر
القتلثة الأسرية والأبناء الصغار	شوكت الربيعى
تظريات الفيلم الكبرى	د . محيى الدين أحمد حسين
مختارات من الأدب القصصى	تأليف : ج . دادلى اندرو
الحياة فى الكون كيف نشأت وأين توجد؟	جوزيف كونراد
حرب القضاء	د . جوهان دورشنر
إدارة الصراعات الدولية	د . السيد عليوة
الميكروكمبيوتر	د . مصطفى عنانى
مختارات من الأدب اليابانى	صبرى الفضل

تاريخ ملكية الاراضى فى مصر الحديثة

اعلام الفلسفة السياسية المعاصرة

كتابة السيناريو للسينما

الزمن وقياسه

اجهزة تكييف الهواء

الخدمة الاجتماعية والانضباط الاجتماعى

سبعة مؤرخين فى العصور الوسطى

التجربة اليونانية

مراكز الصناعة فى مصر الاسلامية

العلم والطلاب والمدارس

الشارع المصرى والفكر

حوار حول التنمية الاقتصادية

تبسيط الكيمياء

العادات والتقاليد المصرية

التذوق السينمائى

التخطيط السياحى

البذور الكونية

دراما الشاشة ( ٢ ج )

الهيرويين والايدز

صور افريقية

تجيب محفوظ على الشاشة

الكمبيوتر فى مجالات الحياة

المخدرات حقائق اجتماعية ونفسية

وظائف الاعضاء من الالف الى الياء

الهندسة الوراثية

تربية اسماك الزينة

الفلسفة وقضايا العصر ( ٣ ج )

الفكر التاريخى عند الانغريق

جابريل باير

انطونى دى كرسينى

وكينيث هينوج

دوايث سوين

زافيلسكى ف . س

ابراهيم القرضاوى

بيترز داى

جوزيف داهموس

س . م بورا

د . عاصم محمد رزق

رونالد د . سمبسون

ونورمان د . اندرسون

د . انور عبد الملك

والث روستو

فريد . هيس

جون بوركهارت

الان كاسپر

سامى عبد المعطى

فريد هويل

شاندرا ويكراما ماسينج

حسين حلمى المهندس

روى روبرتسون

دوركاس ماكلينتوك

هاشم النحاس

د . محمود سرى طه

بيتر لورى

بوريس فيدروفيتش سيرجيف

ويليام بينز

ديفيد الدرتون

جمعها : جون ر . بورو

وميلتون جولدينجر

ارنولد ترينبى

- قضايا وملامح الفن التشكيلي  
التغذية في البلدان النامية  
بداية بلا نهاية  
الحرف والصناعات في مصر الإسلامية  
حوار حول النظامين الرئيسيين  
للكون  
الارهاب  
اخناتون  
القبيلة الثالثة عشرة  
التوافق النفسي  
الدليل الببليوجرافي  
لغة الصورة  
الثورة الاصلاحية في اليابان  
العالم الثالث هذا  
الانقراض الكبير  
تاريخ النقود  
التحليل والتوزيع الاوركستراالى  
الشاهزادة ( ٢ ج )  
الحياة الكريمة ( ٢ ج )  
كتابة التاريخ في مصر ق ١٩٠  
قيام الدولة العثمانية  
عن النقد السينمائي الأمريكي  
ترانيم زرادشت  
السينما العربية  
دليل تنظيم المتاحف  
سقوط المطر وقصص أخرى  
جماليات فن الاخراج  
التاريخ من شتى جوانبه ٣ ج  
الحملة الصليبية الاولى  
التمثيل للسينما والاليفزيون  
قيام الدولة العثمانية
- د . صالح رضا  
م. هـ . كتج وآخرون  
جورج جاموف  
د . السيد طه أبو سيدة  
جاليليو جاليليه  
اريك موريس ، آلان هو  
سيريل الدريد  
آرثر كيسنجر  
توماس ١٠ هـ ريس  
مجموعة من الباحثين  
روى أرمنز  
ناجاي متشيرو  
بول هاريسون  
ميكائيل البى ، جيمس لفلوه  
فيكتور مورجان  
اعداد محمد كمال اسماعيل  
الفردوسى الطوى  
بيرتون بورتر  
جاك كرابس جونيو  
محمد فؤاد ، كوبريلى  
ادوارد مري  
اختيار / د . فيليب عطية  
اعداد / موني براج وآخرون  
أدامز فيليب  
نادين جوديمر ،  
زيجموت هبدر  
ستيفن أوزمنت ،  
جوناثان ريلى سميث  
تأليف / تونى بار  
محمد فؤاد كوبريلى



العثمانيون فى أوربا	بول كولز
الكنائس القبطية القديمة فى مصر ( جزئان الفريد ج ٠ بتلر	الحاج يونس المصرى
رحلات فارتيما	فانس بكارد
انهم يصنعون البشر	اختيار / د ٠ رفيق الصبان
فى النقد السينمائى الفرنسى	بيرتون بورتر
الحياة الكريمة	بيتر نيكوللنر
السينما الخيالية	برتراند راصل
السلطة والفرد	بيارد دودج
الازهر فى الف عام	ريتشارد شاخت
رواد الفلسفة الحديثة	ناصر خسرو علوى
سفر تامه	نفتالى لويى
مصر الرومانية	كتاب التاريخ فى مصر القون التاسع عشر جاك كرايس جوثيور
الاتصال والهيمنة الثقافية	هربرت شيلر
مختارات من الأداب الأسبوية	اختيار / ضبرى الفضل
الكاتب الحديث	ج ٠ س ٠ فريزر
كتب غيرت الفكر الانسانى ( ٣ ج )	أحمد محمد الشنوانى
الشموس المتفجرة	اسحق عظيموف
مدخل الى علم اللغة	لوريتو تود
حديث النهر	ترجمة / سوريال عبد الملك
من هم القطار	د ٠ أبرار كريم الله
ماستريخت	اعداد / جابر محمد الجزار
معالم تاريخ الانسانية ٤ ج	ه ٠ ج ٠ ولز
ما بعد الحديثة	مارجريت روز
حضارة الاسلام	جوستاف جرونيباوم
الحملات الصليبية	ستيفن رانسيما
الطفل ٢ ج	أرنولد جزيل وآخرون

مطابع الهيئة المصرية العامة للكتاب

رقم الايداع بدار الكتب ١١٧٤٩/١٩٩٤

---

ISBN — 977 — 01 — 4238 — 7

الفلسفة الجوهريّة اتّجاه معاصر يدعو إلى الارتقاء العملي  
لأخلاق الفرد والمجتمع، بحيث يصبح المجتمع، يسوده الإيمان  
بالله والاعتقاد في قيمة الحياة الروحية - حياة الحب والسلام.  
ويرجع الفضل في صياغة هذا الاتجاه إلى سوندارم، وهم  
فيلسوفة فرنسية وكاتبة تهتم بإصلاح حياة الفرد، وهذا  
الإصلاح هو عماد إصلاح المجتمع. وكل مقالاتها تدعو إلى  
الارتقاء، بالإنسانية إلى أعلى مراتبها. وبالإضافة إلى ذلك فإن  
مؤلفة هذا الكتاب مؤلفة وملحنة للموسيقى، ولها كتب  
كثيرة وأحاديث في المذياع والتلفاز، بالإضافة إلى المؤتمرات  
التي تعقدتها لنشر دعوتها الجوهريّة.

تهتم سوندارم أولاً بتوعية صحية تخاطب بها الأفراد  
والأطباء، علم السواء، بحيث ينتشر الوعي الصحي وتجنب الإسراف  
في الطعام والبعد عن المشروبات الروحية والتدخين  
والمخدرات. فهذه كلها وسائل تلوث المعدة. تهتم  
سوندارم ثانياً بمحاولة تحقيق عالم أفضل اجتماعياً وأخلاقياً،  
ولن يتحقق هذا إلا بالبذل، بالأفراد - لا بد من أن ينتشر وعم  
عند كل فرد بيقظة ضميره وتحمسه للارتقاء بنفسه إلى أعلى  
مرتبة روحية وعقلية يمكن أن يحققها إنسان لنفسه، ويتم  
لغيره.

د. محمود فهمي زى

To: [www.al-mostafa.com](http://www.al-mostafa.com)